



HEALING PROPERTIES OF GARLIC

Norqulova Zarifa¹, Marxabo Usmonova Balxievna²
Komila Eshonqulova³, Ernazarova Mavluda⁴

¹ 3rd year student of Samarkand Medical Institute, Faculty of Pharmacy

² Samarkand Medical Institute, Pharmacognosy teacher

^{3,4} Samarkand Medical Institute, Assistant of the Department of Pharmacology

<https://doi.org/10.5281/zenodo.4766523>

ARTICLE INFO

Received: 1st May 2021
Accepted: 5th May 2021
Online: 10th May 2021

KEY WORDS

Immunity, medication,
infection, virus, cholesterol,
vitamin.

ABSTRACT

The article provides information on the chemical composition of garlic and its strengthening of immunity and its high effectiveness against many other diseases.

SARIMSOQPIYOZNING SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI

Norqulova Zarifa¹, Marxabo Usmonova Balxievna²
Komila Eshonqulova³, Ernazarova Mavluda⁴

¹ Samarqand tibbiyot instituti, Farmatsiya fakulteti 3-kurs talabasi

² Samarqand tibbiyot instituti, Farmakognosiya fani o'qituvchisi

^{3,4} Samarqand tibbiyot instituti, Farmakologiya kafedrasida assistenti

MAQOLA TARIXI

Qabul qilindi: 1-May 2021
Ma'qullandi: 5-May 2021
Chop etildi: 10-May 2021

KALIT SO'ZLAR

Immunitet, darmondori,
infeksiya, virus, xolisterin,
vitamin

ANNOTATSIYA

Maqolada Sarimsoqpiyozning kimyoviy tarkibi va uning immunitetni mustahkamlashi va boshqa ko'plab kasalliklarga qarshi yuqori samaradorligi haqida ma'lumotlar berilgan.

Ilmiy ishning dolzarbligi: Inson sog'lig'ini asrashda va kasalliklarning oldini olishda oddiy sarimsoqpiyozning o'рни beqiyos. Hozirgi kunda dolzarb bo'lgan koronavirus kasalligiga qarshi kurashishda immunitet muhim ro'l o'ynaydi. Immunitetni oshiruvchi va qon ivishiga qarshi ta'sir etuvchi sarimsoqpiyozdan olinadigan dori preparatlari koronavirusni davolashda asosiy ta'biy dorilardan hisoblanadi. Sarimsoqpiyoz juda dorivor o'simlik bo'lib tarkibida ko'plab

organik moddalar bor ular 27 %ni tashkil qiladi. Sarimsoqpiyoz xalq tabobatida qadim zamonlardan beri ishlatilib kelinmoqda. Undan tayyorlangan damlamalar; shamollash, bronxit, zotiljam, jigar, o't qopchasining yallig'lanishi, har xil gijja kasalliklarida, yurak qon tomir kasalliklarini davolashda foydalaniladi. Nafaqat davolash, balki uni kasalliklarni oldini olish maqsadida qo'llasa ham juda yaxshi samara beradi. Sarimsoqpiyoz tarkibida biologik modda



ko'pligi bois, saraton hujayralarini yo'qotish kuchiga ega. Shu bois bachadondagi har xil shish o'sma, polip, kista, eroziyalarning xafli o'simga aylanib ketmasligi, uchun xizmat qiladigan juda foydali tabiiy maxsulot hisoblanadi. Bu ne'mat shunchalik foydali, shifobaxsh va zarur ne'matki, uning bitta o'zi butun boshli dorixona o'rnini bosa oladi. Sarimsoq tarkibida inson salomatligi uchun nihoyatda zarur bo'lgan C, B1, B2, PP, darmondorilari mavjud. Shuningdek, u oqsillar, uglevodla, yog', polisaxaridlar, efirmoylari, oltingugurt, va boshqa moddalarga nihoyatda boy. Sarimsoqda mikroelementlarning 17 xil turi mavjud ularga fosfor, kaliy, kalsiy, magniy, marganis, germaniy, mis, molibden, koblt, va boshqa mikroelementlar kiradi. Sarimsoqpiyozda ayniqsa rux tuzlari, Hamada temir tuzlari va yodga juda boy uni qalqonsimomn bez kasalliklarida ham foydansa juda yaxshi samara beradi. Olimlarning takidlashicha tozalovchi va suyultiruvchi xususiyatiga ega. tomoqdagi va bodomsimon bezlardagi shishlarga ham foydalidir. sarimsoqpiyoz sport bn shug'ullangan paytda ham yordami beqiyosdir. Chunki u qorin, bel sohasidagi yog' qatlamlarini tezroq yo'qotib mushaklarni kuchaytiradi. inson salomatligini yaxshi saqlash uchun bir yida 6-10 kg sarimsoq istemol qilisk lozimdir.

Ishning maqsadi. Sarimsoqpiyozning shifobaxshligi hamda o'zimizda yetishtirilayotganini inobatga olgan holda, sarimsoqpiyozning immunitetni mustahkamlashi, bolalarda ko'p uchraydigan gijja kasalliklarida hamda shamollash, bronxit, zotiljamda, ko'plab kasalliklarda va aynan covid-19 virusi bilan og'rigan bemorlarda yuqori samaradorligini o'rganish.

Tadqiqot uslubi va materiallar:

Sarimsoqpiyozni toz tovoda qizdirib qovurib dumba yog'i bilan aralastirib ko'krak qafasiga ishqalab surtilsa

shamollaganda juda yaxshi va tez samara beradi. Jigar kasalliklarida esa 5 bosh sarimsoqpiyoz va 5 dona limon po'sti bilan go'sht qiymalagichdan chiqarilib ustiga 1 litr sovuq suv quyib qaynatib olinadi va tayyor aralashmaga 1 osh qoshiq asal qo'shib ovqatdan yarim soat oldin qabul qilinadi. Limon va sarimsoqpiyozli aralashma jiggarni yog' bosshishi va qon quyuc bemorlarda qonni suyultirish hamda qandli diabet kasalliklarida o't pufagi, semizlik antibiotik hamda gormonal dorilarnin zarrarini kesish uchun hamda koronavirusda qonni ivishiga qarshi va immunitet ko'tarishi uchun juda samarali vosita hisoblanadi.

Ilk marotaba sarimsoqpiyozni bundan 5 000 yil avval O'rta Osiyoda taomlarga qo'shib iste'mol qilishgan. Qadimgi Gretiyada uni quvvat bag'ishlovchi darmondori deb hisoblashgan bo'lib, qadimgi Misrda piramidalarni qurishda ishtirok etishgan quruvchilar shu sababga ko'ra bu mahsulotdan albatta iste'mol qilishlari shart bo'lgan. Qaysi bir sabablarga ko'ra ishchilarga sarimsoqpiyoz berilmaganda, ular hatto qo'zg'olon ham ko'tarishgan ekan.

Sarimsoqpiyoz o'zida fitonsidlar, efirmoylari va antioksidantlarni saqlashi sabab ham, u shamollashda, qon bosimini tushirishda yordam berib, organizmning uzoq vaqtgacha yosligini saqlab qolishini ta'minlaydi. Oshqozon va ichak yarasi, sariq kasalligi, epilepsiya va migren bilan og'riganlar sarimsoqpiyozni faqatgina shifokor ko'rigidan so'ng iste'mol qilish tavsiya qilinadi, chunki u kasallikni xuruj qilishi mumkin.

Xom sarimsoqpiyozni ko'p miqdorda ise'mol qilish tavsiya qilinmaydi. Bir kunda 5 ta tishcha va undan ortiq iste'mol qilinganda, me'da qaynashi, oshqozonda noxush holatlar va meteorizmga duch kelish mumkin. Shifokorlar bir kunda 1-2 dona sarimsoqpiyoz tishchasini iste'mol qilishni tavsiya qiladilar.



Shu miqdorda ham sarimsoqpiyoz juda foydali sanaladi.

Sarimsoq (*Allium sativum*) — piyozdoshlar oilasi piyozlar turkumiga mansub ikki va ko'p yillik o'tsimon o'simliklar turi, sabzavot ekini. Vatani — O'rta Osiyo. Yovvoyi xolda Hindiston, O'rta dengiz atroflarida, Qozog'iston, Sibir, Kavkaz va O'rta Osiyoda uchraydi. O'zbekistonda yovvoyi Sarimsoq (*A. longicuspis* Pgl.) tog'li mintaqalarda o'sadi. Jahondagi deyarli barcha mamlakatlarda yetishtiriladi. Madaniy sarimsoqning 2 turi mavjud bo'lib, biri gulpoya chiqarmaydi, ikkinchisi gullab, urug' hosil qiladi. Sarimsoqning O'zbekistonda tarqalgan gulpoya chiqaruvchi navlari serhosil, qishga chidamli. Bargi lentasimon, ildizi patak. Gullari mayda, ikki jinsli, qo'ng'iroqsimon, oq yoki binafsharang. Piyozni murakkab, pardasimon umumiy qobiq ichida 7—30 dona mayda piyozchalari bo'ladi. Tarkibida qand, C, B vitaminlari, efir moyi, fitonsidlar bor. Oziq-ovqatga, tibbiyotda, veterinariyada, sabzavotlarni konservalashda ishlatiladi.

Sarimsoq boshqa sabzavotlarga nisbatan tez o'sadi. —7, —8° sovuqqa chidamli, 10—12° issikda yaxshi o'sib rivojlanadi, 20—25° da pishib, yetiladi. Sarimsoq ikki marta — bahorda va, asosan, kuzda ekiladi. Kuzda ekilganidan kelgusi yili bahorda hosil olinadi. Madaniy sarimsoq urug' bermaydi, balki piyozidan tashqari gulpoyasi to'pgulida 10 dan 45 tagacha poya sarimsoqchalari hosil qiladi. Sarimsoq vegetativ yo'l bilan, kuzda va bahorda piyozini bo'laklarga ajratib ekib ko'paytiriladi. 100 m² yerga shunday piyozchalardan 10–15 kg sarf qilinadi. Sug'oriladigan unumdor yerlarga qator oralarini 45 sm, o'simlik oralig'ini 4—8 sm qilib, 4—6 sm chuqurlikka ko'miladi. Ekib bo'lingach, tuproq, somonli go'ng, chirindi bilan mulchalanadi. O'suv davrida 5—6 marta sug'oriladi, oziqlantiriladi, parvarishi

piyozga o'xshash. Bahorda o'sib chiqqan gulpoya (karnay)lari yulib tashlanadi. O'zbekistonda ertapishar (Mayskiy) navi may oyining oxirlarida, kechpishar (Binafsharang, Janubiy binafsharang, Andijon) navlari iyul boshlarida yetiladi.

Sarimsoq tarkibida o'simlikni parazit va bakteriyalardan himoya qiluvchi uchuvchi moddalar — fitonsidlar mavjud. Uni oziq-ovqat sifatida iste'mol qilganda bakteritsid, antiparazitar va zamburug'larga qarshi ta'sir kuzatiladi. O'tkazilgan tadqiqot natijalari muntazam ravishda sarimsoq iste'mol qiladigan shaxslar guruhi sarimsoqni umuman iste'mol qilmaydiganlarga qaraganda shamollashdan uch baravar kam aziyat chekishlari ma'lum bo'lgan. Sarimsoq yurak-qon tomir tizimi faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ushbu sabzavotni muntazam iste'mol qilish qon hosil bo'lishini rag'batlantiradi, shuningdek qon bosimi va xolesterin darajasini pasaytiradi. Tromboz xavfi va qonning yopishqoqligi kamayadi. Kislorodni qabul qilish qobiliyati, chidamlilik va a'zolariga qon kelishi tezligi qon tomirlarining holatiga ham bog'liq, shuning uchun sarimsoq erkaklar jinsiy funktsiyalariga ta'sir qiladi. Bundan tashqari, u erkaklar jinsiy gormoni — testosteron ishlab chiqarilishiga yordam beradi. Sarimsoq saraton kasalliklari ehtimolini kamaytirishi ma'lum bo'lgan. Uning sitoplazmasida alliin nomli birikma mavjud. Sarimsoq tishchasini kesganda hujayralar yaxlitligi buziladi va alliin hujayra fermenti allitsinaza bilan reaksiyaga kirishadi. Buning natijasida allitsin moddasi hosil bo'ladi, u sarimsoqqa o'ziga xos hid beradi. Bu modda organizm tomonidan o'zlashtirilmaydi va ter, siydik, nafas orqali chiqariladi. Allitsin antioksidant bo'lib, xitoylik olimlar aniqlaganidek, o'pka saratoni rivojlanishining oldini olishga yordam beradi. Ushbu modda saraton hujayralarini o'ldiradi va nafas olish



tizimidagi infeksiyon jarayonlar ehtimolini kamaytiradi.

100 g uchun kaloriya miqdori 149 kkal

Oqsillar 6,5 gr

Yog'lar 0,5 gr

Uglevodlar 29,9 gr

Zararlari:

Sarimsoq tarkibida kuchli ta'sir qiluvchi moddalar mavjud bo'lib, ularning ortiqcha miqdori salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Organizmda ko'p miqdorda fitonsidlar to'planganda zaharlanish sodir bo'lishi ehtimoli mavjud. Shuningdek u och qoringa yoki oshqozon-ichak trakti kasalliklari mavjud bo'lgan shaxslarga tavsiya etilmaydi. Bu sabzavot ishtahani rag'batlantiradi, shuning uchun parhez davomida uning iste'molini cheklash lozim. Epilepsiyali bemorlarga sarimsoqni iste'mol qilmaslik ko'rsatiladi, chunki bu mahsulot xurujlar yuzaga kelishini rag'batlantiruvchi xususiyatga ega. Yosh bolalar va allergik bemorlarga uni berishda ehtiyot bo'lish talab etiladi, ayniqsa yangi uzilgan holatda.

Tibbiyotda qo'llanilishi:

Farmatsevtika dorivor preparatlarni sarimsoq asosida tayyorlangan kapsulaga o'ralgan kukun va tindirmalar shaklida taklif etadi. Ular shamollash, yallig'lanish jarayonlari, yurak-qon tomir tizimining kasalliklari va saraton kasalligini davolashning bir qismi sifatida qo'llaniladi. Tindirma tashqi tomondan qadoq va terining yiringli yallig'lanishiga qarshi kurashda ishlatiladi.

Tadqiqot natijalari. olimlar tomonida olib borilgan ilmiy izlanishlar natijasida sarimsoqpiyoz inson sog'ligi uchun qimmatli bo'lgan oltingugurtli birikmalar topilgan. Sarimsoq xafli o'smalarga yaxshi samara beradigan germaniy va selen mikroelementlari ham borligi olimlar tomonidan isbotlangan. Zamonaviy tibbiyotda ham sarimsoqdan bir qancha dori darmonlar

tayyorlash yo'lga quyilgan. Bular jumlasiga alliksin, allaxol, alifat, allikor, karinad kabi dorilarni misol sifatida keltirish mumkin. Yana shuni takidlab o'tish kerakki, sarimsoq tarkibidagi aspinga o'xshash bo'lgan allisin va adonizid moddalari qonni suyultirish va tromblar hosil bo'lishini oldini olish xususiyatiga egadir va aynan hozirgi kunda dolzarb muammoga aylangan koronavirus uchun o'ta foydali darmon dori hisoblanar ekan Uni qanchlik samaradorligini tekshirish maqsadida muolaja o'tkazildi. Bu muolaja uchun 4ta gijjasi bor bemor jalb etildi, bunda ular analiz topshirib ularda qancha miqdorda gijja va qanday turi bor ekanligi aniqlandi. Va ularga sarimsoqdan tayyorlangan damlama yani yarim payola sutga 1choy qoshiq maydalangan sarimsoqpiyoz qo'shib qaynatildi yarim soat davomida va och qoringa 3kunga ertalab 1piyoladan ichirildi va 3kundan so'ng uxlashdan oldin 4tadan faqat kechasi 3kun faollashtirilgan ko'mir berildi va bemorlar kiyin tekshirildi. Natijasida hech qaysi bemorlarimizni tahlillarida gijjasi yo'qligi aniqlandi. Yana shuni aytish kerakki uzoq umr ko'rish uchun yaponyaliklar 1dona sarimsoqni so'rish odat tusiga kirgan. Bunda organizm har xil zaharlar va ortiqcha xolisterindan tozalanib yosharadi. Sarimsoqpiyoz o'zida fitonsidlar, efir moylari va antioksidantlarni saqlashi sabab ham, u shamollashda, qon bosimini tushirishda yordam berib, organizmning uzoq vaqtgacha yosligini saqlab qolishini ta'minlaydi.

Xulosa: Sarimsoqpiyoz askorbin kislota va C guruhiga mansub vitaminlar hamda B1 B2 va PP vitaminlari borligi sababli, organizmning immun sistemasini mustahkamlaydi va jigarni va o't yo'llarini hamda organizmdagi har xil turdagi gijjalardan va shamollash, bronxit, zotiljamlarni davolashda katta ahamiyatga ega.



Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1) O‘zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
- 2) Xolmatov H.X., Habibov Z. H., Farmakognoziya [Darslik], T., 1967;
- 3) Nabiyev M, Shifobaxsh giyoxlar, T., 1980; Hojimatov Q., Olloyorov M.
- 4) O‘zbekistonning shifobaxsh usimliklari va ularni muhofaza qilish, T., 1988; Xoliqov K.,
O‘zbekiston janubidagi dorivor o‘simliklar, T., 1992;
- 5) Milliy entsiklopediya 2000-2005