



## ZAFARON O'SIMLIKI DORIVORLIK HUSUSIYATLARI

Nurullayev Davron

Urganch davlat universiteti talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7546202>

### ARTICLE INFO

Received: 08<sup>th</sup> January 2023

Accepted: 16<sup>th</sup> January 2023

Online: 18<sup>th</sup> January 2023

### KEY WORDS

Ziravorlar sulтони, aromatik birikma, za'faron moyi, zotilam, ketonlar va aldegidlar, safranal.

### ABSTRACT

*Ushbu maqolada za'faron o'simligining amaliy ahamiyati muhokama qilinadi. Shuningdek, za'faron o'simligi, uning tizimli o'rni, amaliy ahamiyati va antik davrda tasdiqlangan kasalliklari haqida ma'lumot beriladi.*

Bu ziravorning nomi deyarli hamma tillarda arabcha "sariq" ma'nosini beradigan "za'faron" so'zidan olingan bo'lib, qadimda mazkur noyob o'simlik-dan bo'yoqlash moddasi sifatida foydalanilganidan dalolat beradi. Hozirgi davrda za'faron o'zining azaliy ahamiyatini yo'qotib, asosan pazandalikda ishlatiladi va oltin bilan teng baholanadi. Yer yuzida bugungi kunda yiliga faqat uch yuz tonna za'faron yetishtiriladi.

Ma'lumki, za'faron insoniyatga ziravorsifatida iste'mol qilinishi to'rt ming yildan ko'proq tarixga ega bo'lib, bo'yoq sifatida neolit davrida tog'larda qoya toshlariga rasm chizishda ishlatilgan. Qadimgi Mesopotamiyada uni taomda ishlatilgan izlari arxeologlar tomonidan aniqlangan. Yozuvlarda u haqda birinchi eslatmalar Shumer sivilizatsiyasi qoldiqlarida kuzatiladi. Eronda eramizdan avvalgi X asrda za'faron tolalarini qurbonlik o'raladigan matolarni bo'yashda ishlatilgan, undan shuningdek kuchli tomizg'i sifatida foydalanib, attorlik mollari va lazziyatli yog'lar tayyorlashgan. Iskandar Zulqarnayn armiyasida jarohatlarni davolashda ishlatilgan.

Qadimgi Ahdda (Tavrot)da za'faron qurbonlik qilishda yordamchi vosita, bo'yoqchilik va attorlik moddasi sifatida ishlatilishi haqida bitilgan. Qadimgi Xitoy manbalarida shifobaxsh dori vositasi sifatida eslatilgan. Sharqda budda monaxlari liboslarini bo'yash uchun ishlatilgan. Yevropada uni ishlatgan boylar jamiyatda kiborlar tabaqasiga mansubligini ifodalagan. Rim arkoni davlati za'faronni dori sifatida, teri va matolarga bo'yoq, attorlik moddasi sifatida ishlatgan. U – eng mazali ziravor, sifatli tabiiy bo'yoq moddasi va qimmatbaho attorlik vositasi, hamma dardlarga davo bo'luvchi moddadir.

Qizil oltin — zafaron

Sharqda ilgari u "qizil oltin" deb nomlangan. Zafaron qim-matbaholigining sababi ikkita: birinchidan, uni yetishtirish juda mashaqqatli ish, ikkinchidan, xushbo'yliги, ta'mi va davolash xususiyatlari bo'yicha za'faron ziravorlar orasida tengsizdir. Za'faron – yiliga bir marta 10-15 kun ommaviy gullaydigan, har bir gul ochilishining davomiyligi faqat 2-3 kun bo'lgan qirmizi "krokus" (lotincha nomi) onalik guli tumshuqlari-ning quritilganidir. Za'faron



gullari va xususan onalik gullarini qayta ishlash faqat qo'l mehnati bilan amalga oshiriladi. Onalik gullari tum-shug'i faqat gullarning birinchi ochilgan kuni qirqib olinishi lozim. Uning sifati terim va uni quritishning tezligi bilan bog'liqdir. Bir kilogramm za'faron yig'ish uchun tongda quyosh hali onalik gullarini quritib ulgurmasidan, 150 ming dona atrofidagi guli terib olinishi lozim. Bir gektar yer maydonidan terimchilarning mahorati va ob-havoning munosib sharoitiga qarab 8-12 kilogramm za'faron yig'ib olish mumkin.

Zafaronning kimyoviy tarkibi 10-12 % suv, 5-7 % mineral moddalar, 5-8 % moy va mo'm , 12-13 % oqsil va eng oz miqdorda yog' ekstraktidan iborat o'ziga xos va xushbo'y yoqimli moddalardan tarkib topgan.

Qadimgi zamonlardan ma'lumki, u nodir va bemisl xususiyatlarga ega. U og'riqni qoldiruvchi, quvonch va xursandchilik baxsh etuvchi, tushkunlikdan chiqaruvchi, quvonch gormoni – serotonin ishlab chiqarish xususiyatiga egadir. Shunday qilib, za'faron – inson doimiy iste'mol qilishga o'rganib qolmaydigan, yengil psixotrop moddadir. Hakim Ayurveda za'faronni hazm taomni yaxshilashga, sezgi va nafas olish organlarini mustahkamlashga, jigar, buyraklar, limfa bezlarini tozalashga, titroqni bosishga, tomirlarda to'xtagan qonni yurgizishga, yuz rangini tiniqlashga, jinsiy quvvatni faollashtirishga ham xizmat qilishini ta'kidlagan. Qadimda kiborlar jamiyatiga mansub ayollar tug'ish oldidan og'riqni yengillashtirish maqsadida zafaron eritilgan suvni ichishgan.

Zafaronning foydali xususiyatlari

Zamonaviy tibbiyotda u ko'zga tomiziladigan dori tayyorlashda va umumiy quvvatlantiruvchi turli dori-darmonlar tayyorlashda ishlatiladi. Zafaronning antikanserogen va antimutagen xususiyatlarga egaligi isbotlangan. Uni qaynoq sut bilan ichilsa, bosh miya faoliyatini mustahkamlab, xotirani kuchaytiradi. Agar asal bilan iste'mol qilinsa, buyrakdagi toshlarni maydalanishiga yordam beradi. Za'faron guli tumshuqlari eritmasi inson organizmiga zarur bo'lgan karotin, tiamin, riboflamin, flavonoidlar, kalsiy, fosfor kabi moddalarga va turli vitaminlarga boy. To'rt ming yillik ishlatish tarixida uning to'qson xil turli kasalliklarni davolashda qo'llanishi aniqlangan.

Za'faronning xushbo'y hidini hidlash insonni nafas olish organlariga ijobiy ta'sir qilib tinchlantiradi va uyqusizlikdan qutilishga yordam beradi. Kuchli bosh og'rig'ida va quloq shamollaganida za'faron suvida paxta yoki yumshoq matoni ho'llab kasal a'zoga bosilsa, og'riqni qoldiradi. Bundan tashqari u qorin ochish hissini ham kamaytiradi. Za'faron me'yordan oshirib ishlatilsa, sezgi organlarini qattiq zo'riqishiga olib kelishi mumkin. Me'yordan ko'p ovqatga qo'shilgan za'faron taomni buzishdan tashqari insonni zaharlanishga olib kelishi mumkin. Bir necha gram yangi uzilgan sifatli za'faron iste'mol qilinsa, o'limga ham sabab bo'lishi mumkin. Mutaxassis maslahatisiz homilador ayollarga tinchlantiruvchi vosita sifatida iste'mol qilish tavsiya etilmaydi.

Zafaron sanoatda...

Zafaron sanoatda ipak, to'qilgan tolalar, gilamlarni bo'yashda, sariq rangli siyoh tayyorlashda, qimmatbaho qog'oz ishlab chiqarishda, rassomlikda, teriga yozuv ishlash va boshqalarda ham ishlatiladi.

U pazandachilikda mislsiz vositadir. Uning kichkina tolasini qo'shib pishirilsa, taom yoqimli oltin rangida tovlanib, o'ziga xos xushbo'y ta'mga ega bo'ladi va oson hazm bo'ladi.



Zafaron to'q qizil va jigar rang-qizil, mayin ingichka ipga o'xshash bo'-lib, orasida sariq rangli bir nechta tolalar bir-biriga o'ralib, chirmashib turgan o'simlik guli onaliklaridir. Taomni o'ziga xos mayin, xushta'mlik va noyob aralash o'tkir achchiq-shirin mazali qilishga za'faronning bitta ingichka tolasi ham yetarli bo'ladi. Nozik didli xo'randalar zafaron qo'shilgan taom mazasini yangi o'rilgan o't, temir-asal ta'mini berishini ta'kidlashadi.

Pazandachilikda za'faron suyuq ovqatlar, baliq, go'shtli, sabzavotli taomlar va shirinliklar pishirishda ularga nozik ta'm, dorivor mazasi, chiroyli oltin rang berish uchun ishlatiladi. Za'faronni choy, kofe va alkogolsiz ichimliklarga qo'shilsa, insonni tinchlantirib, osoyishtalik bag'ishlaydi. Odatda za'faronning suvdagi eritmasi taom tayyor bo'lishi oldidan qo'shiladi. Har 1 litr tayyor taomga za'faron eritmasidan 5-6 tomchidan ko'p bo'lmagan miqdorda qo'shish kifoya qiladi. Bunday eritma tayyorlash uchun maydalab upa holiga keltirilgan za'faron dan chorak choy qoshig'i miqdorida 50 g qaynatilgan suvga qo'shib xuddi choy damlaganga o'xshash uslubda 30 daqiqa tindirib, damlanma tayyorlanadi.

Za'faron xarid qilishda yanchilib maydalanganini emas, balki butun tolali gullarini olish maqsadga muvofiq bo'ladi. Bundan ikki ming yil avval Pliniy yanchilgan za'faron qalbaki bo'lishi mumkinligi haqida ogohlan-tirgan. O'rta asrlarda za'faronni soxtalashtirgan kishi gulxan o'tida yoqilgan. Haqiqiy za'faron hech qachon arzon narxda sotilmagan. Uni uzoq saqlab bo'lmaydi, shuning uchun oldindan olib qo'yib bo'lmaydi

#### Zafaronning xalq tabobatidagi o'rni

Zafaron ovqat hazm qilishni yaxshilab, ishtahani ochadi, organizmning hayotiy faolligini yaxshilaydi, kishilar undan oshqozon, yurak, jigar nafas olish a'zolari va asab tizimini mustahkamlashda, buyraklarni tozalashda, og'riqni qoldirishda, tinchlantiruvchi, peshob, o't va ter haydovchi vosita sifatida foydalanishadi. Lekin homiladorlikda uni iste'mol qilib bo'lmaydi, chunki u homilani muddatidan oldin tushishiga sabab bo'lishi mumkin.

Za'faron dorishunoslik sanoatida keng ishlatiladi, u sharq tabobatining 300 dan ortiq dori-darmonlari tarkibiga kiradi. Uning damlamasi bilan qadimda kataraktani davolashgan, hozirgi vaqtda ham u ko'zga tomiziladigan dorilar tarkibiga qo'shiladi.

Zafaron butun organizm hujayralarini oziqlantiradi, terini silliq qiladi, rangni tiniqlashtiradi, xotira va aqliy faoliyatni yaxshilaydi, kayfiyatni ko'taradi. Zafaron 100 dan ortiq xastaliklarni davolovchi shifobaxsh xossalarga ega. Amalda har qandalik xastalik, u boshlanish bosqichidami yoki rivojlangan oxirgi bosqichidami, bundan qat'iy nazar, zafaron yordamida 85-87 % ga shifo topadi. Tadqiqotlar buni qayta-qayta isbotlagan. Zafaronning shifobaxsh xossalari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Onkologik kasalliklarni davolashda (hatto kasallikning oxirgi bosqichida saraton o'simtalariga qarshilik ko'rsatadi va ularning hujayralari o'sishini to'xtatadi);
- Qonni tozalashda (uni yangilaydi va tozalaydi, demak yurak qon tomir tizimini mustahkamlaydi, organizmning barcha hujayralarini oziqlantiradi);
- Miya faoliyati aktivligini yaxshilaydi (bosh miya to'qimalarini o'stiradi, xotirani yaxshilaydi);
- Nevrozdan forig' qiladi;
- Bosh og'rig'i va uyqusizlikdan xalos etadi;
- Oshqozon-ichak faoliyatini me'yorga keltiradi;
- Ortiqcha o'tdan xalos etadi;



- Buyrak va qovuqni davolaydi (asal aralashtirilgan za'faron buyrak va qovuqdagi toshlarni maydalaydi);
- Antioksidant ta'sirga ega (energetik modda almashinuvini yaxshilaydi, zararli moddalarni chiqarib yuboradi);
- Organizmni quvvatlaydi;
- Ko'rish qobiliyatini tiklaydi, ko'z to'rpardasiidagi illatlarni davolaydi;
- Ereksiyani yaxshilaydi;
- Hayz siklida og'riqni yengillashtiradi;
- Terining kuygan va shish paydo bo'lish holatlarida ularni davolaydi;
- Allergiyadan xalos etadi;
- Ichkilikbozlik illatidan xalos etadi;
- Shamol va spazmalarni chiqarib yuboradi;
- Butun organizmni yoshartiradi;
- Organizmdagi radiatsiya darajasini pasaytiradi.

### **Xulosa**

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, ziravorlar sultoni va dorivor o'simliklar ko'rki bo'lgan za'faron asrlar davomida insonlarga turli xastaliklarda yordam berib kelgan. Bugungi kunga kelib prezidentimiz tashabbusi bilan yangi o'simlik kata plantatsiyalari o'tkazib borilmoqda va resurslarni qayta tiklashda keng qo'llanilmoqda.

### **References:**

1. Musayeva, S. va Raxmanova, A. (2022). SAMARQAND VILOYATI "XOVRENKO" AJDA MARKETING FAOLIYATI TAHLILI. Fan va innovatsiyalar, 1(A5), 130134.
2. Amanpur, Asg'ar; Sonmezdag, A. Solih; Kelebek, Hasim; Selli, Serkan (2015). "GC-MS-Eron za'faronidan (*Crocus sativus* L.) vakili aromatik ekstraktidagi eng aromatik komponentlarning olfaktometrik tavsifi". Oziq-ovqat kimyosi.
3. Abdullaev 2002, b. 1.