

QADIMGI TURKONA SODDA DORILAR VA DAVOLASH USULLARI: TARIXIY TAJIRIBA VA ZAMONAVIY YONDASHUV

Ro'ziyev Navro'z Ixtiyor O'g'li

Ijtimoiy fanlar kafedrası o'qituvchisi

Jumanova Sarvinoz

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti talabasi

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19914392>

Annotatsiya: Ushbu maqolada qadimgi turkiy xalqlarning an'anaviy tabobati, ularning davolash usullari va qo'llagan sodda dori vositalari tahlil qilinadi. Maqolada "Devonu lug'atit turk" kabi tarixiy manbalar hamda zamonaviy fitoterapevtik tadqiqotlar asosida isiriq, qora zira, kiyik o'ti kabi o'simliklarning shifobaxsh xususiyatlari yoritilgan. Shuningdek, qadimiy turkona psixoterapiya va gidroterapiya usullarining bugungi kungi ahamiyati ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zlar: Turkona tabobat, fitoterapiya, isiriq, Mijoz nazariyasi, Ibn Sino, qadimgi turkiy manbalar, xalq tabobati, qimiz, etnotibbiyot.

Insoniyat sivilizatsiyasi davomida har bir xalq o'zining yashash muhiti va iqlimidan kelib chiqib, o'ziga xos davolash tizimini yaratgan. Qadimgi turkiy xalqlar, asosan, Markaziy Osiyo va Oltoy hududlarida yashab, tabiat bilan uzviy bog'liq hayot kechirganlar. Bu esa ularda o'simliklar, hayvonot olami va mineral resurslardan tibbiy maqsadda foydalanish ko'nikmasini shakllantirgan. Turkona tabobat nafaqat jismoniy, balki ma'naviy-ruhiy sog'lomlashtirishni ham qamrab olgan murakkab tizimdir.

Turkona davolash falsafasida inson vujudi to'rt unsur (o't, suv, havo, tuproq) va ikki holat — issiq hamda sovuq muvozanatidan iborat deb qaralgan. Kasallik ushbu muvozanatning buzilishi natijasida yuzaga keladi. Masalan, shamollash "sovuqlik"ning oshishi deb bilingan va uni "issiqlik" xususiyatiga ega dorilar (zanjabil, murch, qo'y yog'i) bilan davolashgan.

Qadimgi turkiy bitiklar va keyinchalik o'rta asr tabiblari qo'llagan asosiy vositalar quydagilar:

Isiriq (Peganum harmala): Maqolalarda "ming dardga davo" sifatida ta'riflanadi. Uning tutuni yuqumli kasalliklar tarqalishining oldini olishda eng samarali vosita bo'lgan. Zamonaviy kimyo isiriq tarkibida garmalin va garmon kabi kuchli antiseptik moddalar borligini isbotladi.

Andiz va Kiyik o'ti: Bu o'simliklar nafas yo'llari, bronxit va o'pka xastaliklarida choy sifatida damlab ichilgan.

Qora zira (Nigella Sativa) ham turkiy tabobatning muhim dorivor o'simliklaridan hisoblanadi.

Qadimgi turkiy tabobatda qora zira eng kuchli immunomodulyator hisoblangan. "Hadisi sharif"larda ham zikr etilgan ushbu o'simlik turk xalqlari orasida "Baraka urug'i" deb ataladi. Tarkibidagi timoxinon moddasi tufayli u kuchli antioksidant va yallig'lanishga qarshi xususiyatga ega.

Nafas yo'llari: Astma va surunkali yo'talda zira yog'i bilan ko'krak qafasini ishqalash va ichish tavsiya etilgan.

Ovqat hazm qilish: Oshqozon-ichak buzilishlari va parazitlarni (qurtlarni) haydashda qo'llangan.

Zamonaviy tibbiyotda: Bugungi kunda qora zira saraton hujayralarining ko'payishini sekinlashtiruvchi va autoimmun kasalliklarni jilovlovchi vosita sifatida xalqaro miqyosda o'rganilmoqda.

Bundan tashqari hayvonot olami ne'matlaridan ham xalq tabobatida keng foydalanilgan va hozirgi zamonaviy tibbiyotda ham bundan foydalaniladi.

Qimiz va Tuya suti: O'pka sili (tuberkulyoz) va kamqonlikda asosiy dori hisoblangan.

Mumiyo: Suyak sinishi va jarohatlarni bitirishda tengsiz vosita sifatida "tosh qoni" deb atalgan.

Turk xalqlarida jarrohlik va fizioterapiya elementlari ham kuchli rivojlangan:

Ova (Massaj) va Issiq bog'lamlar: Mushak va bo'g'im og'riqlarida hayvon yog'lari hamda qizdirilgan tuz yoki qum yordamida muolaja qilingan.

Suv bilan davolash: Shifobaxsh buloqlar (shifo suvlar) qadimgi turklarda muqaddas sanalgan va ulardan teri kasalliklarini davolashda keng foydalanilgan.

Ruhni davolash: Baxshi va folbinlarning musiqiy asboblari (qobuz, dombra) yordamida bemorning tushkun kayfiyatini ko'tarish — qadimgi turk psixoterapiyasining asosi edi.

Xorijiy tadqiqotchilar, jumladan, turk olimi E. Bayat va fransuz sharqshunosi J. P. Ru o'zlarining "Turk tibbiyoti tarixi"ga oid ishlarida turkiy xalqlarning farmakologiyasi o'sha davrdagi Vizantiya va Xitoy tabobati bilan raqobat qila olganini ta'kidlaydilar. Ayniqsa, harbiy safarlar davomida jarohatlarni "sodda dorilar" bilan tezkor davolash mahorati yuksak baholangan.

Qadimgi turkona tabobat usullari bugungi kunda "Integrativ tibbiyot" tarkibiy qismi sifatida o'rganilmoqda. Tabiatda mavjud kasalliklarning, davosi ham tabiatning o'zida yashirin. Kimyoviy dorilarning nojo'ya ta'siri ko'paygan hozirgi davrda, ajdodlarimiz qo'llagan tabiiy va sodda usullarga qaytish ham jismoniy, ham iqtisodiy jihatdan samarali hisoblanadi.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Mahmud Qoshg'ariy. "Devonu lug'atit turk". (Tarixiy-filologik manba).
2. Abu Ali ibn Sino. "Tib qonunlari". (I va II jildlar).
3. Bayat A.E. "Osmanlı Öncesi Türklerde Tıp". (Turkiya, 2003).
4. Xayrullayev M.M. "O'rta Osiyo xalqlari madaniyati va ilm-fani tarixi". (Toshkent).
5. Jean-Paul Roux. "Histoire des Turcs". (Fransiya).
6. Ibrohimov A. "O'zbek xalq tabobati". (Ilmiy to'plam).