XALQ TABOBATIDA YUQORI NAFAS OLISH SISTEMASI KASALLIKLARINI DAVOLASHDA ISHLATILADIGAN SHIFOBAXSH O`SIMLIKLARNING KIMYOVIY TARKIBI

Atavulloyev Hafiz Hayotovich
Tibbiy kimyo kafedrasi assistenti
Buxoro Davlat Tibbiyot Instituti
Email: atavulloyev.hafiz@bsmi.uz

Annotatsiya : Ushbu maqolada xalq tabobatida yuqori nafas yo‘llari kasalliklarini davolashda qo‘llaniladigan dorivor o‘simliklar, ularning biologik faol moddalari va shifobaxsh xususiyatlari tahlil qilingan. Tadqiqot davomida **Salvia officinalis**, **Thymus vulgaris** va **Matricaria chamomilla** kabi o‘simliklarning antiseptik, yallig‘lanishga qarshi va tinchlantiruvchi ta’sir ko‘rsatishi, shuningdek ularning xalq tabobatida keng qo‘llanilishi ilmiy adabiyotlar asosida asoslab berilgan. Har bir o‘simlikning tarkibiy qismlarida mavjud bo‘lgan faol moddalar (masalan, tujon, timol, α-bisabolol) nafas yo‘llari bilan bog‘liq kasalliklarni bartaraf etishda samarali ekani ko‘rsatib o‘tilgan. Tadqiqot natijalari bu o‘simliklarning xalq tabobatidagi o‘rni muhimligini va ularni ehtiyotkorlik bilan, shifokor tavsiyasiga binoan iste’mol qilish zarurligini ko‘rsatadi.

**Kalit so`zlar** : dorivor o`simlik , Salvia officinalis, Thymus vulgaris , Matricaria chamomilla , yalig`lanishga qarshi , antiseptik , antibacterial .

Abstract: This article analyzes medicinal plants used in traditional medicine for the treatment of upper respiratory tract diseases, focusing on their biologically active compounds and healing properties. The study highlights the antiseptic, anti-inflammatory, and soothing effects of plants such as *Salvia officinalis*, *Thymus vulgaris*, and *Matricaria chamomilla*, and justifies their widespread use in folk medicine based on scientific literature. The active compounds present in each plant (e.g., thujone, thymol, α-bisabolol) are shown to be effective in alleviating respiratory tract-related illnesses. The results of the study emphasize the significant role of these plants in traditional medicine and underline the importance of their cautious use under medical supervision.

Keywords: medicinal plant, *Salvia officinalis*, *Thymus vulgaris*, *Matricaria chamomilla*, anti-inflammatory, antiseptic, antibacterial.

Аннотация: В данной статье анализируются лекарственные растения, их биологически активные вещества и целебные свойства, используемые в народной медицине для лечения заболеваний верхних дыхательных путей. В ходе исследования было подтверждено, что такие растения, как шалфей лекарственный, тимус обыкновенный и Матрикария ромашка, обладают антисептическим, противовоспалительным и успокаивающим действием, а

ISSN 3030-3907

также их широкое использование в народной медицине, основанное на научной литературе. Было показано, что активные ингредиенты, содержащиеся в ингредиентах каждого растения (например, туйон, тимол, α-бисаболол), эффективны при лечении респираторных заболеваний. Результаты исследований показывают важность роли этих растений в народной медицине и необходимость их употребления с осторожностью, по рекомендации врача.

Ключевые слова: лекарственное растение , Шалфей лекарственный, тимус обыкновенный , Матрикария Ромашковая , противовоспалительное , антисептическое , антибактериальное .

Kirish

Hozirgi kunda ko`pgina kasalliklarni davolashda asosan xalq tabobatida ishlatiladigan o`simliklardan foydalanilmoqda . Bunga sabab qilib sintetik tayyorlangan dorilarning aksariyati tananing qayerigadir foyda qilsa , qayerigadir zarar yetkazadi . Ko`pgina kasalliklarning boshlanishi shu sababga borib taqaladi . Kuz qish mavsumi boshlanishi bilan o`tkir respirator kasalliklari ham odamlar orasida keng tarqaladi . Xalq orasida shamollash yoki gripp deb ataluvchi kasallik o`zidan turli xil mayda ammo kundalik hayotda xalaqit beruvchi asoratlar qoldiradi . Bunga tomoqning qurishi , kalta ammo tez-tez yo`tal , burundan uzoq vaqt suv kelishi va hokazolar .

Tabiiyki ko`pchilikning bunga qarashi ayrodir , kim uchundir bu oddiy hol bo`lsa kim uchundir bundan ham xavfliroqa kasalliklarning boshlanishidir . Davolanish ham turlicha kichadi , kimdir farmaseftik dorilar bilan davolansa kimdir xalq tabobatiga murojaat qiladi va kerakli natijaga erishadi. Xo`sh xalq tabobatida yuqori nafas yo`llari kasalliklarini davolash va oldini olishda qanday tavsiyalar mavjud va qanday qo`llaymiz , belgilangan miqdori qancha degan savollar paydo bo`lishio tabiiy .

Afsuski oxirgi paytlarda o`zbek tilidagi adabiyotar va tavsiyalar yetishmovchiligi tufayli ko`pgina dorivor o`simliklar begona o`t sifatida yo`q qilinmoqda va bu o`simliklar yildan yilga kamayib bormoqda . Bu muammoni bartaraf etish uchun hozirda ko`plab amaliy ishlar olib borilmoqda . Shulardan biri O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 10.04.2020 yildagi PQ-4668-son O‘zbekiston Respublikasida xalq tabobatini rivojlantirishga doir qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida qaroridir . Yurtimizda xalq tabobatini rivojlantirish uchun avvalo mavjud xalqaro va mahalliy ma`lumotlarni o`rganish , ular asosida xalq tabobatiga asoslangan yangicha davolash usullarini ishlab chiqishimiz lozim .

Adabiyotlar sharhi :

ISSN 3030-3907

Quyida biz jahon va yurtimizda nafas yo`llari kasalliklarini davolashda ishlatiladigan o`simliklar bilan birmabir tanishib chiqamiz .

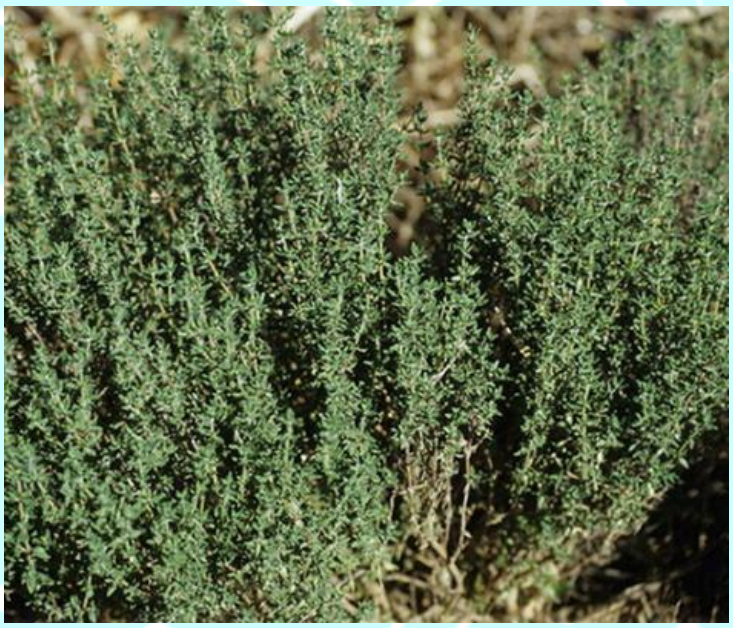
1. **Salvia officinalis** (asalari o‘t) – yurtimizda keng tarqalgan dorivor o`simlik sanaladi . *Salvia officinalis* (asalari o‘t) - Labiatae/Lamiaceae oilasiga mansub o'simlik. Uning vatani Yaqin Sharq va O'rta er dengizi hududlari, ammo bugungi kunda butun dunyo bo'ylab keng tarqalgan. Xalq tabobatida *bu o`simlikdan* turli xil kasalliklarni, jumladan, tutqanoq, oshqozon yarasi, podagra, revmatizm , yallig'lanish, bosh aylanishi , titroq, falaj, diareya va giperglikemiyani davolashda ishlatilgan . So'nggi yillarda bu o'simlikdan an'anaviy foydalanishni hujjatlashtirish va yangi biologik ta'sirlarni topish bo'yicha intensiv tadqiqotlar mavzusi bo'ldi.[1,2,3]



1-rasm .**Salvia officinalis** (asalari o‘t)

2. Thymus vulgaris (qora murch o‘t) turlari mashhur ziravorlar bo'lib, asosiy kimyoviy tarkibiy qismlar sifatida uchuvchi yog'larni o'z ichiga oladi. So'nggi paytlarda o'simliklardan olingan efir moylari muhim biologik faolliklari tufayli katta e'tibor qozonmoqda. Asosan yurtimizning tog`oldi hududlarida o`stiriladi . [4,5]

ISSN 3030-3907



2-rasm. **Thymus vulgaris** (qora murch o‘t)

3. Moychechak (Matricaria chamomilla L.) Asteraceae oilasiga mansub bo‘lib , Yevropa, Osiyo va Amerikada keng tarqalgan va qo‘llaniladigan efir moyli dorivor o‘t hisoblanadi Moychechak odatda choy yoki damlamasi sifatida iste'mol qilinadi. Uning efir moyi va damlamasi bir nechta an'anaviy va gomeopatik dorivor preparatlarning tarkibiy qismidir .Bugungi kunga kelib, nemis romashkasining galen preparatlari engil teri kasalliklari, yallig'lanish va spazmlarni davolash uchun ishlatilgan va bunday preparatlar anksiyolitik va sedativ ta'sirga ega ekanligi haqida xabar berilgan , ammo hozirgi kunga qadar ularning analjezik va tinchlantiruvchi faolligining ilmiy dalillari kamroq. Ular, shuningdek, meteorizm, kolik, oshqozon yarasi, yaralar, isteriya, depressiya va boshqalar kabi ko'plab boshqa kasalliklar va kasalliklarni davolashda foydalidir .[6,7]



3-rasm . Matricaria chamomilla L (Moychechak)

ISSN 3030-3907

Qizig'i shundaki, 1987 yilda Germaniya uni "yil dorivor o'simlik" deb belgilagan. Moychechak ko'plab mamlakatlarda ko'k mohiyatini olish, o'simlik choyini ishlab chiqarish, farmakologik va kosmetsevtika maqsadlarida etishtiriladi. Uning gul boshlari va efir moylari yallig'lanishga qarshi, antibakterial, antiseptik, antispazmodik va tinchlantiruvchi maqsadlarda qo'llaniladi. Moychechak ekstraktini o'z ichiga olgan o'simlik choyi butun dunyo bo'ylab ko'plab odamlar tomonidan muntazam ravishda iste'mol qilinadi. Og'iz va tomoqning shilliq pardalari yallig'langanda, choy damlamasi yuvish yoki chayqash uchun ishlatilishi mumkin.[8]

O`rganilgan natijalar:

Xalq tabobatida yuqori nafas yo`llari kasalliklariga davo bo`ladigan o`simliklarsoni turli mamlakatlarda turlicha ma`lumotlar keltiriladi . Aniq ma`lumotlarga qaraganda 50dan ortiq o`simlikning bevosita nafas yo`llari kasalliklariga ta`siri o`rganilgan, biroq ilmiy asosda o`rganilgan asosiy dorivor o`simliklar 15-20 atrofida .

1-jadval

O‘simliklar haqida to`liqroq ma`lumot.

O`simlik nomi (lotincha)	**O`zbekcha nomi**	**Ta`siri**	**Qo`llanish shakli**
Salvia officinalis	Asalari o‘t, Shalfey	Antiseptik, yallig‘lanishga qarshi, tomoq og‘rig‘iga qarshi	Choy, damlama, chayqash
Thymus vulgaris	Qora murch o‘t	Yo‘talga qarshi, balg‘am ko‘chiruvchi, mikroblarga qarshi	Choy, efir moy, damlama
Matricaria chamomilla	Romashka	Tinchlantiruvchi, antispazmodik, tomoq yallig‘lanishida foydali	Choy, damlama, inhalatsiya

Dorivor o`simliklar tarkibidagi faol biologik moddalar kasalliklarni bartaraf etuvchi moddalar hisoblanadi . Misol uchun Salvia officinalis o`simligi tarkibidagi **tujon (thujone), kamfor, 1,8-sineol**, flavonoidlar, rozmarin kislotasi antibakterial, viruslarga qarshi ta`sirli , yallig‘lanishga qarshi, og‘riqni

ISSN 3030-3907

kamaytiruvchi xususiyatga egaligi olimlar tomonidan aniqlangan . **Thymus vulgaris** esa **timol**, karvakrol, borneol, linalool kabi moddalari bilan Kuchli antiseptik, balg‘am ko‘chiruvchi, bronxolitik, yo‘talga qarshi xususiyatlarni namoyon qiladi . **Matricaria chamomilla** tarkibidagi **α-bisabolol**, kamazulen, apigenin, flavonoidlar tinchlantiruvchi, antispazmodik, yallig‘lanishga qarshi xususiyatlari aniqlangan .

Xulosa: Xulosa qilib shuni keltirishimiz mumkinki o`rganilgan tadqiqotimizda dunyo bo`yicha qo`llaniladigan dorivor o`simliklarning uchta sini o`rganib ularning bir xil kasallikka davo ekanligini aniqladik . Bu o`simliklar yurtimizda ko`proq yetishtirilishi ularni o`rganishga va qo`llashga imkon yaratadi. Shuni unutmasligimiz kerakki bu o`simliklardan foydalanayotganimizda ularni shifokor ko`rsatmasi asosida aniq me`yorda istemol qilishimiz kerak . aks holda turli allergic holatlarga olib kelishi mumkin. Olimlarimiz tomonidan turli tekshirish usullari ishlab chiqilishi soha rivojiga salmoqli hissa qo`shar edi .

Foydalanilgan adabiyotlar ro`yxati :

1. Ghorbani, A., & Esmaeilizadeh, M. (2017). Pharmacological properties of Salvia officinalis and its components. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, *7*(4), 433–440. https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2016.12.014
2. Ibrahim, M. A., Mohammed, A., Isah, M. B., & Aliyu, A. B. (2014). Anti-trypanosomal activity of African medicinal plants: A review update. *Journal of Ethnopharmacology*, *154*(1), 26–54. https://doi.org/10.1016/j.jep.2014.04.012
3. Akhondzadeh, S., Noroozian, M., Mohammadi, M., Ohadinia, S., Jamshidi, A. H., & Khani, M. (2003). Salvia officinalis extract in the treatment of patients with mild to moderate Alzheimer’s disease: a double blind, randomized and placebo-controlled trial. *Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics*, *28*(1), 53–59. https://doi.org/10.1046/j.1365-2710.2003.00463.x
4. Patil, S. M., Ramu, R., Shirahatti, P. S., Shivamallu, C., & Amachawadi, R. G. (2021). A systematic review on ethnopharmacology, phytochemistry and pharmacological aspects of Thymus vulgaris Linn. *Heliyon*, *7*(5), e07054. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07054
5. Galovičová, L., Borotová, P., Valková, V., Vukovic, N. L., Vukic, M., Štefániková, J., Ďúranová, H., Kowalczewski, P. Ł., Čmiková, N., & Kačániová, M. (2021). Thymus vulgaris Essential Oil and Its Biological Activity. *Plants*, *10*(9), 1959. https://doi.org/10.3390/plants10091959

ISSN 3030-3907

6. Vetvicka, V., & Vetvickova, J. (2016). Essential Oils from Thyme (Thymus vulgaris): Chemical Composition and Biological Effects in Mouse Model. *Journal of Medicinal Food*, *19*(12), 1180–1187. https://doi.org/10.1089/jmf.2016.0029
7. Ashraf, N. M. Z., & Ramasamy, N. S. (2024). Phytochemical and Pharmacological Study of Thymus vulgaris : a review. *International Journal of Scientific Research in Science and Technology*, *11*(4), 190–201. https://doi.org/10.32628/ijsrst24114120

ISSN 3030-3907