

**SOG‘LIGNI SAQLASH UCHUN FOYDALI BO‘LGAN TABIIY DORIVOR O‘SIMLIKLAR****Mamatyusupov Azamat**

Kokand university Andijon filiali, dotsent

**Ortiqaliyeva Sultonoy**

Andijon davlat universiteti 4-bosqish talabasi

**Annotatsiya:** Ushbu ishda dorivor o‘simliklar va ularning foydali xususiyatlari to‘g‘risida ma‘lumotlar berib o‘tilgan. Shu soxaning rivojlanishi va tegishli me‘yoriy hujjat xaqida gapirib o‘tilga. Foydalanish uchun yangi manbalar kiritilmoqda.

**Kalit so‘zlar:** ekologiya, o‘simlik, dorivorlik tarkibi, Ibn Sino, fitobar.

Oxirgi yillarda axilining sog‘igini saqlash, yangi kam zararli dorivor vositalarni ishlab chiqish masalasi jiddiy bo‘lib qolmoqda. Xukumat tomonidan masalaning yechimini toppish uchun katta xarakatlar amalga oshirilmoqda. Mutaxassislarni tayyorlash jarayo va asosiy e‘tibor qaratadigan jihatlari [4] ishda ko‘rsatilib o‘tilgan.

«Bir tuman — bir mahsulot» tamoyili asosida dorivor o‘simliklarni etishtirishga ixtisoslashgan tumanlar ro‘yxati 2-ilovasida shakllantirildi [1]. Qo‘shimcha ravishda 2022 yil 1 sentyabrdan boshlab xalq tabobatini keng targ‘ib qilish maqsadida «Ibn Sino ilmining bilimdonlari» tanlovi o‘tkazilishi belgilandi. Farmaseftika tarmogini rivojlantirish agentligiga quyidagi qo‘shimcha vazifalar yuklatildi:

- dorivor o‘simliklar va ulardan ishlab chiqarilgan mahsulotlarning tibbiy ahamiyati hamda ularni qo‘llashga oid maxsus ko‘rsatuvlar va roliklarni namoyish etilishini tashkil qilish;
- dorivor o‘simliklarga oid ilmiy ishlanmalarni tijoratlashtirishda ko‘maklashish, dorivor o‘simlikshunoslik tarmog‘iga xorijiy amaliyot va xalqaro standartlarini tatdbiq etish bo‘yicha ishlarni muvofiqlashtirish;
- dorivor o‘simliklar mahsulotlarini ishlab chiqaruvchi korxonalar talabini tahlil qilgan xolda har qili Qishloq xo‘jaligiga dorivor o‘simliklar etishtirish hajmlari to‘g‘risida taklif kiritish.

Endi bir qator dorivor o‘simliklar to‘g‘risida qisqacha ma‘limot berib o‘tamiz.

**Jyenshen**

Jyenshen holsizlik bilan kurashadi va organizmni qo‘shimcha quvvat bilan ta‘minlaydi.

Bu o‘simlik asosan insonga quvvat berishi bilan mashhur bo‘lsa-da, u bir qator boshqa xususiyatlarga ega. U past qon bosimi, muntazam charchoqlik, ishtaha yo‘qligi, ishchanlik faoliyatining kamayishi, bepushtlik, asab tizimi kasalliklarida ham tavsiya qilinadi.

**Nay o'tining moyi o'tining umumiy ko'rinishi**

Bu o'simlikning balg'am ko'chishiga rag'batlantiruvchi ta'sir ko'rsatadi.

U astma, artrit va jarohatlarning bitishida yaqindan yordam beradi. Nay o'tini tabletkada, kapsula, choy, quritilgan o't va damlama shaklida iste'mol qilish mumkin.

**Qizilmiya**

Olimlar bu gilyohda ko'plab foydali moddalar topishdi. Qizilmiya oshqozon-ichak yazvasining oldini olishi va uni bartaraf etishi mumkin. Shuningdek u yo'g'on ichakni tozalaydi, jig'ildon qaynashida yordam beradi, immunitetni ko'taradi. Qichitqi o'ti tabiiy antigistamin preparat hisoblanadi

**Qichitqi o'ti**

Ushbu gilyoh turli allergiyalarni davolashda, organizmni mustahkamlashda hamda yallig'lanishda samarali natija ko'rsatadi. Shuningdek u jigar, buyrak va o'pka kasalliklarini davolashda yaqindan yordam beradi.



### **Zveroboy o‘simligi**

Zveroboy o‘simligi antidepressiant sifatida xizmat qiladi. Bu o‘t ba’zi mamlakatlarda bolalar va o‘smirlardagi ruhiy tushkunlik holatlarida buyuriladi. Shuningdek, bu giyoh asab zo‘riqishi natijasida yuzaga keladigan og‘riqlarni bartaraf qiladi.

Xulosa sifatida shini ta’kidlash kerakki, dorivor o‘simliklardan sog‘liqni saqlash jarayonida kengroq qo‘llanishi axolining umumiy sig‘lomlashtirishda ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. “ДОРИВОР ЎСИМЛИКЛАРНИ МАДАНИЙ ҲОЛДА ЕТИШТИРИШ ВА ҚАЙТА ИШЛАШ ҲАМДА ДАВОЛАШДА УЛАРДАН КЕНГ ФОЙДАЛАНИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ ЧОРА-ТАДБИРЛАРИ ТЎҒРИСИДА” 2022 йил 20 май, ПҚ-251-сон
2. <https://lex.uz/docs/6027139>
3. <https://kun.uz/news/2016/06/30/immunitetni-kutarisga-erdam-beruvci-10ta-usimlik>
4. Кирйигитов Б., Каршибоев А., Носирова М. Значение источников на иностранных языках в процессе обучения/ “Innovative achievements in science 2020” /I International scientific Online conference. 2020. С.76-78.