

**UY SHAROITIDA TABIIY DORIVOR O‘SIMLIK VA MAHSULOTLAR BILAN  
XASTALIKLARNI DAVOLASHNING AFZALLIKLARI****X.O.Xojimatov***Farg‘ona jamoat salomatligi tibbiyot instituti*

Ichak kasalliklariga chalingan kishilar o‘tkir ta’sir ko‘rsatuvchi taomlarni iste’mol qilishdan tiyilishlari zarur. Axlatning o‘z vaqtida chiqmasligi zararlidir. Chiqarilmay saqlangan yel ko‘pincha qulanj hosil qiladi, chunki u axlatni yuqoriga haydab turadi. Yo‘g‘on ichak va unga yondosh ichaklarda yuzaga keluvchi qulanj kasalligi natijasida og‘riq zo‘rayib, axlatning chiqishi qiyinlashadi, ishtaha pasayib, yog‘li va shirin narsalar istalmay qoladi. Bemorda siydik qizarishi, ko‘ngil aynishi, tashnalik holatlari ro‘y beradi. Keyin bu belgilar kuchayib, ich batamom to‘xtaydi. Bundan tashqari, ichaklar shamollashi va unda yaralar paydo bo‘lishi, turli oziq-ovqat va ichimliklarning me‘yoridan ortiq iste’mol qilinishi ichak kasalliklarining kelib chiqishiga sabab bo‘ladi.

Xastalikning boshlang‘ich alomatlari sezilishi bilanoq uni davolash amaliyotiga kirishish lozim. Bunda kasallikni keltirib chiqargan sabablarni aniqlash va bartaraf etish choralari ko‘riladi. Qulanjni davolash uchun qorinda yel va chiqindilar turib qolishiga qarshi yumshatuvchi huqna (klizma) qilish kerak bo‘ladi. Shuningdek, quyidagi shifobaxsh o‘simliklardan foydalanish ichak kasalliklarini davolashda yaxshi naf beradi.

Xalq tabobatida ko‘ngil behuzur bo‘lishi, qayt qilish, bosh og‘rig‘iga qarshi shaftoli bargi damlamasini ichish tavsiya etiladi. Buning uchun bir siqim shaftoli bargi choynakka solinib, ustidan qaynab turgan suv quyiladi. 5-6 daqiqada damlama tayyor bo‘ladi. Undan yarim piyola miqdorida ichilsa, 10 – 15 daqiqadan so‘ng ichakdagi bezovtalik va bosh og‘rig‘i taqqa to‘xtaydi.

Abu Ali ibn Sino ismaloq barglaridan tayyorlangan qaynatma ichni yumshatish, safro va yelni haydash, qorin hamda ichaklardagi yallig‘lanishga chek qo‘yishda samarali ta’sir ko‘rsatishini ta’kidlagan. Qaynatma tayyorlash uchun idishga 1 osh qoshiq miqdorida quritib maydalangan ismaloq bargi, 1 stakan suv solib, 10 daqiqa qaynatiladi va 1 soat davomida damlab qo‘yiladi. So‘ngra dokadan suzib olinib, sharbatidan kuniga 3 mahal ovqatdan oldin yarim piyoladan ichiladi.

Ichak og‘riqlarini qoldiruvchi dorivor vositalardan yana biri ukrop (shivit) va uning urug‘i damlamasidir. Buning uchun choynakka 2 stakan qaynab turgan suv quyib, ustidan maydalangan ukrop urug‘idan 2 choy qoshiq miqdorida solinadi va 10 daqiqa damlab qo‘yiladi. Dokadan o‘tkazilgan mazkur damlamadan ovqatdan oldin yarim stakandan ichiladi.

Abu Ali ibn Sinoning “Tib qonunlari” asarida qayd etilishicha, olma va asalli choy ichak kasalliklarini davolash, ushbu a‘zo faoliyatini mustahkamlashda yaxshi ko‘mak beradi. Bunda 1 piyola qora choyga olma bo‘laklari va 1 choy qoshiq miqdorida asal solib ichish tavsiya etiladi. Ichak qattiq og‘rigan vaqtda mayizli damlama ham yaxshi

shifo berishi aytiladi. Oshqozon-ichak og'riqlarini aritish, ichak yaralarini davolash, ichki qon ketishni to'xtatishda esa dalachoydan tayyorlangan damlama foydali ta'sir ko'rsatadi. Buning uchun og'zi yopiladigan idishga 1 stakan qaynab turgan suv, o'simlikning maydalangan yer ustki qismidan 10 g solib damlab qo'yiladi. Dokadan o'tkazilgach, ushbu damlamadan kuniga 2 – 4 mahal ovqatdan keyin 1 osh qoshiq miqdorida ichiladi.

Me'da-ichak yallig'lanishidan aziyat chekayotgan kishilar tugmachagul o'simligining bargi va guliga qand qo'shib tayyorlangan damlamani ichishlari foydalidir. Buning uchun idishga 1 stakan qaynab turgan suv quyib, ustiga o'simlikning maydalangan barg va gulidan 1 osh qoshiq solinadi va 2 soat damlab qo'yiladi. So'ngra dokadan suzib olinib, ozroq qand qo'shgan holda kuniga 3-4 mahal 1-2 osh qoshiqdan ichiladi.

Me'da-ichak kasalligida yana suvda eritilgan 2 g tog' mo'miyosiga qora zira qo'shib ichish buyuriladi. Ich ketishida nosog'lom holat kuzatilgan taqdirda 5 dona yong'oq mag'zini echki sutida qaynatib iste'mol qilish tavsiya etiladi. Qovurilgan yong'oq mag'zini maydalab, kindik ustiga sepish usuli ham ichak og'riqlarini bosishi va ich ketishini to'xtatishi aytiladi. Yana bir jihati, yong'oqni vaqt-vaqti bilan tanovul qilish, ko'richak xastaligiga yo'liqishning oldini oladi.

Me'da va o'n ikki barmoqli ichakda yara bo'lsa, asalari yelimidan kattaligi moshdek keladigan miqdorda bir oy davomida kuniga 3 mahal ovqatdan yarim soat oldin iste'mol qilish yaxshi naf beradi. Ya'ni ushbu muolaja ta'sirida ichak va me'dadagi yaralar tezda bitadi. Ichaklarda og'riq sezgan kishining oshqovoq po'stini xom holda yeyishi yo bo'lmasa, chilonjiyda, yantoq va sabzini mijozga qarab iste'mol qilishi ham foydalidir.

Oshqozon-ichak bezlari faoliyatini yaxshilash, bundagi yaralarni bartaraf etish hamda gastrit kasalligini davolashda aloe o'simligidan keng foydalanilgan. Xususan, mazkur o'simlikning siqib olingan sharbati, ya'ni sabur ichakdagi yaralarni shifolashda yaxshi natija beradi. Xalq tabobatida kuniga nahorda va yotishdan oldin bitta aloe bargini chaynash tavsiya etiladi. Shu usulda bir oy muolaja qilinganda oshqozon va ichakdagi yaralar bitib, gastrit ham barham topar ekan.

Gulxayri ildizidan tayyorlangan damlama yumshatuvchi xususiyatga ega bo'lib, u me'da va o'n ikki barmoqli ichak yarasi xastaligida qo'llaniladi. Damlama tayyorlash uchun idishga maydalangan gulxayri ildizidan 4 choy qoshiq miqdorida solinib, ustiga 2 stakan qaynatib sovutilgan suv quyiladi. 8 soat tindirib qo'yilgach, dokadan o'tkazilgan ushbu damlamadan kuniga 3-4 mahal ovqatdan oldin yarim stakandan ichiladi.