

MELISSA OFFICINALIS L. NING DORIVORLIK XUSUSIYATLARI, XALQ
TABOBATIDA ISHLATILISHI

Asadova F.F

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti, magistr.

Tursuqulov S.A

Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti, talaba.

Annotatsiya: *Ushbu maqolada dorivor limono'tning morfologiyasi, tarqalish ekologiyasi, tibbiyotda va xalq tabobatida qo'llanilishi, to'g'risida tavsiyalar yoritib berilgan.*

Kalit so'zlar: *dorivor limono't, xalq tabobati, ko'p yillik, tarqalishi, dorivorlik xususiyati.*

Vatani - Markaziy Osiyoga. Bu ko'p yillik o'simlik bo'lib, asosan mo'tadil biomada o'sadi. Dori va umurtqasizlar uchun oziq-ovqat va oziq-ovqat sifatida atrof-muhit uchun ishlatiladi.

Morfologiyasi: Limon balzami balandligi 50 sm dan 80 sm gacha bo'lgan ko'p yillik o'simlik bo'lib, to'rt qirrali, shoxlangan, siyrak junli. Poyasi uzunligi turlicha bo'lgan qarama-qarshi barglari keng ovaldan yurak shaklida bo'lib, qirrasini tartibsiz (yumaloq tishlar) yoki tishsimon (mayda, o'tkir tishlar) qirrasiga ega. Bargning quyruq yashil ustki yuzasi siyrak sochli va juda ko'zga ko'ringan tomirlarga ega. Taxminan 1 sm gacha bo'lgan och oq rangli labial gullar yarim vertikalarda barg qo'ltiqlaridan o'sadi. Gullar va maydalangan barglarning xushbo'yli baharatli aromatik va limonni kuchli eslatadi.

O'simlikning tarqalishi: Limon o'ti 2000 yil ilgari O'rta yer dengizidan Fors ko'rfazigacha, Qora dengiz va Kichik Osiyo hamda Shimoliy Afrika madaniylashtirilgan. Uning asl vatani Markaziy va Janubiy Yevropa, Bolqon, Eron, Shimoliy Afrika, Shimoliy Amerika hamda Ukraina, Kavkaz va O'rta Osiyo hisoblanadi. Ayrim hududlarda o'simlikning o'sish areallari dengiz sathidan 1000 metr balandlikkacha ko'tariladi. Limon o'ti namlik ko'p miqdorda bo'lgan o'rmon o'tloqzorlarida, kengliklarida, qiyaliklarning soya joylarida, shag'alli va mayda toshli tuproqlarda o'sadi. Boshqa ilmiy manbalarda keltirilishicha, limon o'ti shag'alli va qumoq, chirindiga boy, og'ir ishqorli tuproqlarda o'smaydi.

Dorivor xususiyatlari

Melissa barglarida uchuvchi yog'lar (terpenlar sitral, citronelal, geraniol, linolol), taninlar, achchiq, triterpenlar (ursul va oleanoik kislotalar bilan ifodalanadi), shuningdek, organik kislotalar, shu jumladan kofe va xlorogen kislotalar mavjud.

Melissa yaxshi sedativ, antispazmodik, laksatif va antiemetikdir. Oshqozonning sekretor funksiyasini kuchaytiradi va o't yo'llarining harakatini yaxshilaydi. Melissa barglari ekstrakti kuchli sedativ ta'sirga ega. Melissa ovqat hazm qilish tizimini yaxshilaydi va antiviral va yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega. Melissa bakteriostatik vosita sifatida, asabiy haddan tashqari qo'zg'alish, vegetativ-qon tomir distoni, uyqu buzilishi, yurak ritmining sekinlashishi va hissiy stress tufayli bosimning ko'tarilishi uchun samarali vosita sifatida ishlatiladi. Ovqat hazm qilish muammolari, vegetativ nevroz, gastrit va hissiy omil tufayli yuzaga kelgan kasalliklar uchun ishlatiladi. Dorixonalarda sotish uchun limon balzam

damlamasi va "Limon balzam o'ti" ishlab chiqariladi. Shuningdek, boshqa tabiiy ingredientlar bilan bir qatorda, limon balzami Novo-Passit va Persen kabi sedativ dorilarga kiritilgan.

Limon balzam an'anaviy ravishda turli xil tibbiy maqsadlarda tonik, antispazmodik, karminativ, diaforetik, yaralar uchun jarrohlik kiyinish, xotirani sedativ-hipnotik mustahkamlash va stressdan kelib chiqqan bosh og'rig'ini engillashtirish uchun ishlatilgan. Hozirgi vaqtda u stressdan kelib chiqqan bosh og'rig'ini engillashtirish uchun engil sedativ-hipnotik va herpes simplex sovuq yaralarini davolashni yaxshilash uchun antiviral sifatida ishlatiladi. Limon balzaming distillati (yoki gidrozoli) (Arrak nomi bilan tanilgan) odatda antidepressant sifatida ishlatiladi, taniqli eron olimi Ibn Sino (Avitsenna) yuqoridagi ko'rsatkichlar uchun *M. officinalis*ni tavsiya qildi. Bundan tashqari, aromaterapiyada ishlatiladigan limon balzaming efir moyi engil depressiya uchun foydali bo'lishi mumkinligi ta'kidlangan. Bularning barchasiga qaramay, ushbu o'simlikning antidepressant ta'sirini ko'rsatadigan farmakologik tadqiqotlar haqida xabar berilmagan.

Limon balzaming efir moylari saraton kasalligini davolash yoki oldini olish uchun potentsial sifatida shishlarga qarshi vosita sifatida ishlatiladi. Limon balzaming uchuvchi moylari virusga qarshi vosita sifatida ham ishlatilishi mumkin va 2-turdagi herpes simplex virusiga qarshi (HSV-2) moddalarni o'z ichiga oladi. engil va o'rtacha Altsgeymer kasalligi bilan og'rigan bemorlarda limon balzam ekstraktining samaradorligi va xavfsizligini belgilangan dozada (kuniga 60 tomchi) baholash uchun tadqiqot o'tkazdilar. 65 yoshdan 80 yoshgacha bo'lgan engil va o'rta darajadagi Altsgeymer kasalligi bo'lgan bemorlar to'rt oy davomida davolandilar va ikki guruhni tasodifiy ravishda platsebo yoki limon balzam ekstraktining belgilangan dozasi bo'lishdi. To'rt oyda Melissa ekstrakti kognitiv funktsiyada platseboga qaraganda ancha yaxshi natija berdi. Bundan tashqari, platsebo guruhida tez-tez uchraydigan qo'zg'alishdan tashqari, kuzatilgan nojo'ya ta'sirlar nuqtai nazaridan ikkala guruhda sezilarli farqlar yo'q edi. *M. officinalis* ekstrakti engil va o'rta darajadagi Altsgeymer kasalligini davolashda muhim ahamiyatga ega va bunday bemorlarda qo'zg'alishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Hidrozol tufayli uning efir moyi va kuchli hidli barglari parfyumeriya va tabiiy kosmetika ishlab chiqarishda ham qo'llaniladi. Hidrozol distillashning suvli eritmasi bo'lib, u suvda eruvchan o'simlik tarkibiy qismlarini va efir moyining mikro tomchilarini o'z ichiga oladi. Chunki ular suvni yoki teriga yoki tanaga foydali bo'lgan mahsulotni kislotalaydi. Shunday qilib, gidrozol shifobaxsh yallig'lanishga qarshi va yumshoq, ammo terapevtik antiseptik sifatida ishlaydi.

Bakteriyalar kislotali muhitda yaxshi yashamaydi, shuning uchun sirka kabi kislotalar tuzlangan chili qalampiri va zaytun kabi oziq-ovqat mahsulotlari uchun yaxshi konservantlar qiladi. Kislotali muhitlar biriktiruvchi xususiyatga ega va shuning uchun gidrozollar terini parvarish qilish mahsulotlarida to'qimalarni toraytiruvchi va qisqartiruvchi biriktiruvchi moddalar sifatida foydalidir. Hidrozollar tashqi tomondan terini parvarish qilish vositalarida dush yoki ichkarida suyultirilgan va tonik ichimlik sifatida ishlatilishi mumkin.

Bugungi kunda limon balzamidan foydalanish

Hozirgi vaqtda limon balzami tibbiyotda dori sifatida keng qo'llaniladi.

- antispazmodik,

- og'riq qoldiruvchi,
- asab tizimini tinchlantirish,
- ko'ngil aynish va qusishni to'xtatish,
- yurak faoliyatiga foydali ta'sir ko'rsatadi,
- ishtahani oshiradi va hokazo.

Uning xususiyatlari, shu jumladan antibakterial xususiyatlari tufayli limon balzamidani uy qurilishi kosmetikasini ishlab chiqarishda samarali foydalanish mumkin. Melissa barglari bug 'hammomi yordamida yuzni tonerlar, sochlarni yuvish, losonlar, malhamlar, labda balzamlar, yuzni tozalash uchun javob beradi.

Uyqusizlik uchun melissa eng samarali vositalardan biri hisoblanadi. Shunisi e'tiborga loyiqki, bu xushbo'y o'simlik tom ma'noda uyquni qaytaradi: oddiy uyqu yostig'i yordamida g'ayri oddiy yostiq qilish uchun quritilgan limon balzam barglari, mushuk, romashka, yerbetçiotu va lavantaning teng qismlarini oling. Barcha o'tlarni muloyimlik bilan aralashiring. Aralashmaga 6 ta chinnigullar kurtaklari va bir choy qoshiq maydalangan doljin tayoqchalarini qo'shing. Paketni bir stakan o'simlik aralashmasi bilan to'ldiring va ehtiyotkorlik bilan yopilgan paketni uxlab yotgan yostiqqa qo'ying. Ishlatishdan oldin siz o'simlik kolleksiyasining biron bir tarkibiy qismiga allergiyangiz yo'qligiga ishonch hosil qilishingiz kerak. Melissa uzoq vaqtdan beri tabiiy repellent sifatida ishlatilgan. Limon balzaminining maydalangan barglari hasharotlarni qaytarish uchun teriga surtilgan. Buyuk Britaniyada qirolicha Viktoriya davridan beri limon balzamidani mebellarni artib olish uchun foydalanilgan, uning yuzasi limon balzam barglari bilan silliqlanganidan keyin porloq va silliq bo'lib qolgan. Bemor bo'lgan xonani limon balzaminining efir moyi bilan davolash foydalidir: aroma chiroqqa bir necha tomchi tomizish yoki efir moyi qo'shilgan suvni purkash. Ushbu protsedura mikroblarni o'ldiradi va havoni dezinfektsiya qiladi.

Xulosa: Inson va hayvonlar organizmida ro'y beradigan turli kasalliklarni davolashda ishlatiladigan dori-darmonlar ichida shifobaxsh o'simliklardan tayyorlanayotgan dorilar salmoqli o'rin tutadi. Shu bilan birgalikda asosiy maqsad dorivor limono't ham yuqorida keltirilgan, nevroz, bronxial astma, ayollarni toksikoz, klimaks, yurak urishini buzilishi kabi kasalliklarni tabiiy yo'l bilan davosini topishi uchun tabiiy mahsulotdan foydalanish va bu yetishtirish texnologiyasini aholi orasiga tadbiiq etishdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI:

1. Karimov V., Shomahmudov A. Xalq tabobati va zamonaviy ilmi tibda qo'llaniladigan shifobaxsh o'simliklar. —Toshkent, 1993.
2. Kursanov A. I. vaboshqalar. Botanika 2-tom –Toshkent, 1963.
3. Mustafoyev.S.M. Botanika –Toshkent, 2002.
4. Nabiyev M. Botanika atlas-lug'ati. —Toshkent, 1969.
5. Oripov.R.O, Xalilov.N.X. O'simlikshunoslik –Toshkent, 2007.
6. Pratorov.O`P, Nabiyev.M.M. O`zbekiston yuksak o`simliklarning zamonaviy tizimi –Toshkent,