

ZIRA O'SIMLIGINI OZIQ OVQAT MAHSULOTI SIFATIDA
SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARINING AMALIY AXAMIYATI

QDTU dotsent - Z.D.Xolmurodova,
OOT-202-21guruh talabasi - N.A.Sherova

Anotatsiya. Ziradoshlar oilasiga kiruvchi ko'p o'simlik turlari o'zida efir moylari saqlashligi bilan boshqa oila vakillaridan ajralib turadi. Bu oila vakillaridan biri ya'ni zira ham bu hususiyatni o'zida saqlab qolgan bo'lib, undan tibbiyotda va xalq tabobatida keng foydalanish mumkin. Zamonaviy tadqiqotlarda ham, ziraning sog'liq uchun juda ko'p foydali tomonlari borligini, shu jumladan hazm qilishni osonlashtirish va oziq-ovqat bilan yuqadigan infeksiyalarni kamaytirishni ko'rib chiqishdi.

Kalit so'zlar: Apiaceae, magnoliyasimonlar, to'pgul, bunium persicum, kversetin, kempferol, flavonoidlar, kumarinlar, umbelliferon, skopoletin.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЛЕЧЕБНЫХ СВОЙСТВ
КУРМЫ КАК ПИЩЕВОГО ПРОДУКТА

Доцент КГТУ З.Д. Холмуродова,
студентка группы ООТ-202-21 Н.А. Шерова

Аннотация. Аннотация: Многие виды растений, принадлежащие к семейству тминных, отличаются от других семейств тем, что содержат эфирные масла. Один из представителей этого семейства - тмин - также сохраняет это свойство и может широко применяться в медицине и народной медицине. Современные исследования также показали, что тмин обладает множеством полезных для здоровья свойств, в том числе способствует пищеварению и снижает риск пищевых инфекций.

Ключевые слова: Apiaceae, magnoliaceae, umbelliferae, bunium persicum, кверцетин, кемпферол, флавоноиды, кумарины, умбеллиферон, скополетин.

PRACTICAL SIGNIFICANCE OF THE MEDICINAL
PROPERTIES OF CURMA AS A FOOD PRODUCT

QDTU Associate Professor Z.D. Kholmurodova,
Student of Group OOT-202-21 N.A. Sherova

Abstract. Many plant species belonging to the Apiaceae family are distinguished from other members of the family by the presence of essential oils. One of the members of this family, cumin, has also retained this property and can be widely used in medicine and folk medicine. Modern studies have also shown that cumin has many

beneficial effects on health, including facilitating digestion and reducing food-borne infections.

Keywords: Apiaceae, magnoliaceae, bunch, buniun persicum, quercetin, kaempferol, flavonoids, coumarins, umbelliferone, scopoletin.

Kirish. Ziradoshlar, soyabonguldoshlar (Apiaceae) - ikki urug'pallalilar yoki magnoliyasimonlar sinfiga mansub o'simliklar oilasi. Asosan, bir yillik yoki ko'p yillik o'tlardan iborat. Tropik va subtropik mamlakatlarda o'sadigan ayrim turlari buta, poyasi, asosan, tik o'sadi. Ko'pchiligining barglari murakkab, turli darajada qirqilgan. Gullari mayda, oq, ko'kish sariq yoki och qizil rangli, ko'pincha murakkab soyabonsimon to'pgullarga yig'ilgan. Soyaboni oddiy yoki murakkab, uzunligi. 1 m gacha yetadi. Har bir soyabonda bir nechtadan gul o'rinishadi.

Pishgan mevasi 2 ta mevachaga ajralib, mevabandda osilib turadigan qo'sh pistachadan iborat. Asosan, Yer yuzining quruq mintaqalarida tarqalgan. 300 ga yaqin turkumi, 3000 dan ortiq turi bor.

O'zbekistonda 69 turkumi va 198 turi o'sadi. Ziradoshlarning ayrim turlari (mas, zira, kashnich, sabzi, sumbul, shivit, kovrak, arpabodiyon, alkor va b.) tarkibida (ko'pincha, meva va barglarida) hilma xil efir moylari bo'lganligi uchun ulardan qadimdan foydalanib kelinadi. Bu o'simlikdan tibbiyot, parfyumeriya va oziqovqat sanoatida ishlatiladi. Ba'zi turlari (mas, sassiqalaf) zaharli, ba'zilar ekinlar orasida begona o't sifatida o'sadi.

ZIRA (*Bunium persicum*) - ziradoshlar oilasiga mansub ko'p yillik xushbo'y ziravor o'simlik. Bo'yi 40-60 sm. Poyasining yarmidan yuqorisi shoxlangan. Ildizi tugunakli. To'pbarglari uzun bandli, poyadagilari bandsiz. Bargi ipsimon bo'laklarga bo'lingan. Gullari oq, mayda, har bir soyabonchada 20-30 tadan. Iyunda gullaydi, urug'i iyulda pishadi. Samarqand, Qashqadaryo va Surxondaryo adirlarida, tog' yon bag'irlarida ko'p o'sadi. Urug'i mayda, cho'ziq, qoramtirjigarrang, sirti taram-taram, juda xushbo'y. Tarkibida 2,75-3,0% efir moyi bor.

O'rta Osiyo xalqlari go'sht tuzlashda, qazi va boshqa ovqatlar tayyorlashda qadimdan keng foydalanib keladi. Zira tarkibi 3-7 % efir moyidan, 12-22 yog'li moydan, shuningdek, kversetin va kempferol deb nomlanuvchi flavonoidlar, kumarinlar, umbelliferon, skopoletin va boshqa moddalardan iborat. Bundan tashqari unda oqsil 10-23 % va xushbo'y moddalar ham borligi aniqlangan. Xalq tabobatida me'da kasalliklarini davolashda va siydik haydovchi dori sifatida ishlatiladi.

Shuningdek, ziraning oshqozon gastriti, sariq kasal, ishtahani ochishda, uyqusizlikda, kishilar quvvatini oshirishda juda ham katta foydasi bor. Bundan tashqari oshqozon xastaliklarini davolashda hamda ishtahani ochishda, sanchiqlarni bartaraf etishda, o't pufagi va jigar kasalliklarida, shuningdek, yo'talni davolashda foydali tabiiy vosita sifatida zira juda ham qadrlanadi.

Yuqorida qayd etilganidek, undan choy damlab ichiladi, zirani o‘zini chaynaladi yoki pichoqni uchiga ilingancha yanchilgan zirani iste‘mol qilinadi. Bu foydali hususiyatlarni bilgan holda hozirgi zamon shifokorlari ham zira haqida ijobiy baho berib, haddan tashqari to‘lalikda, meteorizm (qorin dam bo‘lishi)da, oshqozon-ichak yo‘llaridagi yengil xastaliklarda, yurak kasalliklarida va emizikli bolalarda ovqat hazm qilish jarayoni buzilganida zirani muayyan tarzda iste‘mol qilish nihoyatda foydali ekanini ta’kidlashadi.

Xulosa. Zira o‘simligining foydali hususiyatlari bilan birga salbiy ta’sirlari ham bor bo‘lib, buni ko‘zdan qochirmaslik zarur. Zararli ta’siri - zira zararsiz mahsulotdir. Lekin boshqa har qanday efir moyi bor shifobaxsh vosita kabi uni iste‘mol qilishdan ehtiyot bo‘lish kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

- 1.O‘.P.Pratov, M.M.Nabiyev O‘zbekiston yuksak o‘simliklarining zamonaviy tizimi. Toshkent 2007.
- 2.O‘.Pratov, L. Shamsuvaliyeva, E. Sulaymonov, X. Axunov, K.Ibodov, V.Maxmudov Botanika (Morfologiya, anotomiya,, Sistematika, Geobotanika). Ta’lim nashriyoti Toshkent-2010.
- 3.Xolida Mirfayoz qizi Maxkamova. Botanika.T. «O‘qituvchi», 1995 yil.
- 4.A.S Yuldashev,Sh J Tojiboyev, A.A.Imirsinova, M.U Tojiboyev Botanika Geobotanika asoslari.