

ZA'FARON O'SIMLIGINING TIBBIYOTDAGI AHAMIYATI

Israfilova Shoxina Akbarovna

Samarqand davlat tibbiyot universiteti farmatsiya fakulteti

Karjavov Abdixakim Raxmonovich

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Samarqand viloyati, O'zbekiston

Annotatsiya. Ushbu maqolada ming yillar davomida o'zining noyob ta'mi, rangi va dorivor xususiyatlari tufayli qadrlanib kelgan qimmatbaho ziravor – za'faron o'simligi haqida so'z yuritiladi. Bunda za'faronning kimyoviy tarkibi va farmakologik ta'siri chuqur o'rganiladi. Za'faronning tarixiy ahamiyati, turli madaniyatlardagi oshxona va tibbiyotda qo'llanilishi, shuningdek, jahon bozoridagi iqtisodiy roli tahlil qilinadi. Bundan tashqari maqolada soxtalashtirish muammolari va haqiqiy za'faronni aniqlash usullari ham ko'rib chiqiladi. Za'faronning antioksidant, yallig'lanishga qarshi va antidepressant kabi potensial sog'liq uchun foydalari haqida ma'lumotlar keltiriladi. Umumiy qilib aytganda ushbu maqola za'faronning ko'p qirrali va deyarli barcha uchun qimmatli o'simlik ekanligini ochib berishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: qimmatbaho ziravor, antioksidant, antidepressant, spazmolitik, siydik haydovchi, antimutagen, potensial sog'liq, yallig'lanishga qarshi.

МЕДИЦИНСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ РАСТЕНИЯ ШАФРАН

Исрафилова Шохина Акбаровна.

Фармацевтический факультет Самаркандского государственного

медицинского университета

Каржавов Абдихаким Рахмонович

Самаркандский государственный медицинский университет

Самаркандская область, Узбекистан

Аннотация. В данной статье рассказывается о ценнейшей пряности — растении шафран, которое на протяжении тысячелетий ценилось за свой

уникальный вкус, цвет и лечебные свойства. Подробно изучается химический состав и фармакологическое действие шафрана. Анализируется его историческое значение, применение в кулинарии и медицине различных культур, а также экономическая роль на мировом рынке. Кроме того, рассматриваются проблемы фальсификации и методы определения подлинного шафрана. Приводится информация о потенциальной пользе шафрана для здоровья, такой как антиоксидантные, противовоспалительные и антидепрессивные свойства. В целом, статья направлена на раскрытие многосторонней ценности шафрана как растения, полезного практически для всех.

Ключевые слова: ценная пряность, антиоксидант, антидепрессант, спазмолитик, мочегонное, антимутагенное, потенциально полезное для здоровья, противовоспалительное.

MEDICAL IMPORTANCE OF THE SAFFRON PLANT

Israfilova Shokhina Akbarovna

Faculty of Pharmacy, Samarkand State Medical University

Karjavov Abdikhakim Rakhmonovich

Samarkand State Medical University

Samarkand region, Uzbekistan

Annotation: This article discusses the valuable spice saffron, which has been cherished for thousands of years due to its unique taste, color, and medicinal properties. It thoroughly explores the chemical composition and pharmacological effects of saffron. The article analyzes its historical significance, use in cuisine and medicine across various cultures, as well as its economic role in the global market. Additionally, issues of adulteration and methods for identifying genuine saffron are examined. Information is provided on saffron's potential health benefits, such as its antioxidant, anti-inflammatory, and antidepressant properties. Overall, this article aims to reveal the multifaceted nature of saffron and its value as a plant for almost everyone.

Keywords: valuable spice, antioxidant, antidepressant, antispasmodic, diuretic, antimutagenic, potential health, anti-inflammatory.

KIRISH

Za'faronni yetishtirish tarixi 4,5 ming yildan ziyodroq vaqtni o'z ichiga oladi. Neolit davriga oid g'orlar devorlaridagi rasmlar za'faron asosidagi bo'yoq bilan chizilgan deb hisoblanadi. Buddaviy rohiblar uni matolarni bo'yash uchun ishlatishgan. Qadimgi Yunonistonda za'faron gullarini yotqlarga sepishgan, za'faronli vannlar qabul qilishgan, uni parfyumeriya ingredient sifatida va vinoni xushbo'y qilish uchun ishlatishgan.

Qalampirdoshlar oilasiga mansub ushbu piyozli o'simlikning vatani Eron hisoblanadi. Bugungi kunda u Hindiston, Gretsiya, Pokiston, Ispaniya va Qrimda yetishtiriladi. Gippokrat o'z asarlarida za'faronni qo'llab kaslliklarga qarshi vosita sifatida tilga olgan. Sharq ayollari uni qadimdan o'z go'zallik retseplarida ishlatib kelishgan. Bu ziravorning ta'mi ko'p qirrali bo'lib, desrtlar, pishiriqlar, sabzavotlar va go'shtli taomlar bilan yaxshi uyg'unlashadi. Uni kolbasalar, pishloqlar, choy, spirtli ichimliklarni bo'yash va xushbo'ylantirish uchun qo'shishadi.

Ziravorni tayyorlash uchun o'simlikning eng nozik bir qismi – tumshuqchalar kerak bo'ladi, ular faqat qo'lda teriladi. Bitta guldan faqat uchta tumshuqcha yig'ish mumkin. Shunday qilib, 1 kilogramm ziravor uchun 200 000 ta gul kerak bo'ladi. Shuning uchun, masalan, ispan za'faronining o'rtacha narxi bir kilogrammi uchun 15-20 ming dollarni tashkil etishi ajablanarli emas. Hatto eng arzon, eron za'faroni ham bir kilogrammi uchun kamida 400-500 dollarga sotiladi.

Ziravorning tarkibi va ozuqaviy qiymati

Za'faron tarkibida inson uchun muhim bo'lgan ozuqaviy moddalar, vitaminlar, makro va mikroelementlarni saqlaydi.

100 gramm ziravorning ozuqaviy qiymati:

Vitaminli tarkibi:

Oqsillar	11,43 g
Yog'lar	5,85 g
To'yingan yog' kislotalari	1,6 g
Monoto'yinmagan yog' kislotalari	2,1 g
Polito'yinmagan yog' kislotalari	0,4 g
Uglevodlar	61,47 g
Kletchatka	3,9 g
Suv	11,9 g
Kul	5,45 g
Kaloriyalilik	310 kkal

C(askorbin kislotasi)	80,8 mg
A(retinol)	27 mg
PP(nikotin kislotasi ekvivalenti)	1,46 mg
B6(piridoksin)	1,01 mg
B2(riboflavin)	0,267 mg
B1(tiamin)	0,115 mg
B9(foliy kislotasi)	93 mkg

Makroelementlar (100g)		Mikroelementlar (100g)	
Kaliy, K	1724 mg	Rux, Zn	1,09 mg
Kalsiy, Ca	111 mg	Selen, Se	5,6 mkg
Temir, Fe	11,1 mg	Marganets, Mn	28,408 mg
Magniy, Mg	264 mg	Mis, Cu	328 mkg
Natriy, Na	148 mg		
Fosfor, P	252 mg		

Tibiyotda qo'llanilishi

Za'faron o'ziga xos xususiyatlarga ega va organizmimizning barcha organlari va tizimlari faoliyatiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Kam miqdorda u melanxoliya va depressiyadan xalos qiladi, xursandchilik gormoni – serotonin ishlab chiqarilishiga yordam beradi.

Za'faron – ajoyib spazmolitik, tirishishga qarshi, siydik haydovchi va yallig'lanishga qarshi vositadir. U tez orada bodun sindromini bartaraf etishga yordam beradi, xotirani yaxshilaydi, ovqat hazm qilishni normallashtiradi,

erkaklardagi quvvatni oshiradi. Qadimda achchiq damlamani ayollarga hayz paytida va tugʻruqdan oldin ogʻriqni yengillashtirish uchun berishgan. Zaʼfaron bilan quruq bronxit, qizamiq va koʻkʻyoʻtalni davolashgan. Uning shifobaxsh damlamasi bilan yiringli yaralarni yuvishgan, chipqonlarni davolashgan.

Zamonaviy tibbiyotda bu ziravor koʻz tomchilari va umumiy quvvatlantiruvchi taʼsirga ega boʻlgan baʼzi damlamalarni tayyorlash uchun ishlatiladi. Uning antimutagen xususiyatlari va saraton oʻsmalari rivojlanishiga qarshi turish qobiliyati faol ravishda oʻrganilmoqda.

Ziravor damlama koʻrinishida ichga qabul qilinadi yoki tashqi qoʻllaniladi (vannalar va kompresslar). Nafas yoʻllarini davolash uchun uning hidini hidlash tavsiya etiladi. Migren va uyqusizlikka qarshi kurashish uchun zaʼfaronning urugʻchilari yoki gullarini yostiq yoniga qoʻyishgan yoki uxlashdan oldin bir tolasini chaynashgan.

Homiladorlik va emizish davrida

Zaʼfaron zaharli oʻsimlikdir. U nerv sistemasiga va butun organizmga kuchli taʼsir koʻrsatadi. Ikki yoshgacha boʻlgan bolalar, homilador va emizikli ayollarga tarkibida zaʼfaron boʻlgan taomlar va preparatlar mumkin emas. Boʻlajak onalarda bu ziravor bachadon tonusini oshirishi va homilaning tushishiga sabab boʻlishi mumkin. Emizikli ayolning suti orqali bolaga oʻtgan faol moddaning haddan tashqari dozasi bolada tirishishni keltirib chiqarishi mumkin.

Qoʻllashga qarshi koʻrsatmalar

Zaʼfaron oʻzining davolovchi xususiyatlari bilan mashhur, ammo organizmga jiddiy zarar yetkazishi mumkin. Mutlaqo sogʻlom odamda ham bu ziravorning 2 grammi qusish, ich ketishi va zaharlanishni keltirib chiqarishi mumkin. Gipertoniya kasalligi boʻlganlarda haddan tashqari dozasi kuchli bosh aylanishi va tirishishni qoʻzgʻatadi. Qandli diabet va yurak-qon tomir kasalliklaridan aziyat chekayotgan odamlarga bu ziravor mumkin emas. Yuqori dozasi nervning haddan tashqari qoʻzgʻalishiga, narkotik mastlik alomatlariga, komatoz holatga va hatto

o'limga olib kelishi mumkin. Ziravorni spirtli ichimliklar bilan iste'mol qilish mastlikni kuchaytiradi.

Za'faronni qanday tanlash va saqlash kerak

Sifatsiz ziravor qizil va sariq rangdagi urug'chilik iplaridan iborat bo'lib, gulning boshqa qismlarini ham o'z ichiga olishi mumkin. Vijdonli bo'lmagan ishlab chiqaruvchilar unga kurkuma, marigul yoki bo'yoqli safflor ham qo'shishadi. Yaxshi va qimmat za'faron aralashmalarni o'z ichiga olmaydi va to'yingan qizil rangga ega bo'ladi.

Ziravorni namlik va yorug'lik tushmaydigan germetik idishda 2 yildan ko'p bo'lmagan muddatda saqlash kerak, keyin u o'z rangini va hidini yo'qotadi. Ziravorning sifatini tekshirish uchun bir nechta za'faron tolasini iliq suvga solish kifoya. Yangi va to'g'ri tayyorlangan tolalar tezda bo'kib, suvni bo'yaydi. Soxta mahsulot sotib olishdan himoyalaniish uchun, kukun emas, balki butun tolachalarni tanlash lozim.

XULOSA

Bugungi kunda za'faronning xususiyatlari yanada chuqurroq o'rganilmoqda. Kelajakda za'faron asosida yaratilgan yangi avlod dori vositalari ko'plab insonlarga umid baxsh etishi mumkin. Shunday ekan kelajak avlod ham ushbu noyob ne'matdan bahramand bo'lishi uchun uni asrab-avaylash, to'g'ri yetishtirish va oqilona foydalanishga majburmiz.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Biologik kimyo (Obidov O. O. ; 2010-yilgi nashr; 91-121-b).
2. Fayzullayev N., Akmalaiuly K., Karjavov A. Catalytic synthesis of a line by acetylene hydration //Известия НАН РК. Серия химии и технологии. –2020.
3. Karjavov A. R., Fayzullaev N. Determination of technological parameters of producing vinylchloride from acetylene //AIP Conference Proceedings. –AIP Publishing, 2024.
4. Fayzullaev N. I., Akmalayev K. A., Karjavov A. Catalytic synthesis of acetone from acetylene //The American Journal of Applied sciences. –2020.

5. Fayzullaev N. I., Karjavov A. R., Yusupova S. S. Catalytic Synthesis of Acetone Direct Acetylene Hydration //International Journal of Advanced Science and Technology. –2020. –Т. 29. –No. 05. –С. 4507-4514.

6..royal-forest.ru

7.https://royal-forest.ru/blog/shafran_i_ego_primenenie/