

SACHRATQI O`SIMLIGINING KIMYOVIY TARKIBI VA UNDAN XALQ TABOBATI VA ZAMONAVIY TIBBIYOTDA FOYDALANISH USULLARI

Maxammatoва Soxiba Xasanboyevna

Tibbiy kimyo kafedrası assistenti Andijon Tibbiyot Instituti

Annotatsiya: Ushbu maqolada sachratqi o'simligi haqidagi ma'lumotlar keltirilgan. Xususan: O'zbekistonda tarqalishi, tabobatdagi ahamiyati, zamonaviy tibbiyotdagi o'rni, kimyoviy tarkibi, tarkibidagi organik va noorganik moddalar, vitaminlar haqida.

Аннотация: В данной статье представлена информация о растении цикорий (*cichorium intybus*). В частности, о его распространении в Узбекистане, значении в медицине, роли в современной медицине, химическом составе, органических и неорганических веществах, витаминах.

Abstract: This article provides information about the chicory plant (*cichorium intybus*). In particular, about its distribution in Uzbekistan, its importance in medicine, its role in modern medicine, its chemical composition, organic and inorganic substances, and vitamins.

Kalit so`zlar: Sachratqi, inulin, tannin, pektin, ateroskleroz, taxikardiya, biostimulyator.

Ключевые слова: цикорий (*cichorium intybus*), инулин, танин, пектин, атеросклероз, тахикардия, биостимулятор.

Key words: chicory (*cichorium intybus*), inulin, tannin, pectin, atherosclerosis, tachycardia, biostimulant.

Sachratqi - *Cichorium intybus* L. (Цикорий обыкновенный). Sachratqi – Asteraceae oilasiga kiruvchi urchuqsimon va yo'g'on ildizli ko'p yillik o'simlik. Poyasi tik turuvchi va uzun tuklar bilan qoplangan, barglar qarama qarshi joylashgan. Gullari ko'k, pushti va oq rangda, to'pgullari ichida yoki kalta savatchalarda joylashgan. Sachratqi mevalari – pardasimon popukli prizmasimon

pistacha. Bitta sachratqi to'pidan 3-25 ming dona urug' olish mumkin. O'simlikning barcha organlarida sutlama naylari joylashgan. Sachratqi yozda gullab, yozning oxiridan kuzning o'rtalariga qadar mevalaydi. Hozirgi vaqtda sachratki dunyoning ko'plab mamlakatlarida mazali ziravor va parxez taom mahsuloti sifatida ommabop hisoblanadi. Maydalanib qovurilgan sachratqi ildizi uzoq vaqtlardan beri Yevropaliklarning qahvaga (kofe) qo'shiladigan sevimli ichimliklaridan biridir. Sachratqi ildizidan sut va qaymoq qo'shib tayyorlangan sharbat qahvaning o'rnini bosuvchi ichimlik sifatida asosan bolalar va sog'ligi tufayli qaxva ichish mumkin bo'lmagan odamlarning ratsioniga kiritilgan. Belgiyaliklar sachratqini pishloq va olma bilan dimlaydilar, latviyaliklar asal, limon va olma sharbati qo'shilgan holda sachratqi ildizidan salqin ichimlik tayyorlashadi. Maxsus salat sachratqisining barglari va novdalari turlituman salatlarning tarkibiy qismi sifatida ishlatiladi, o'simlikning yosh novdalari qaynatiladi yoki xamirga qo'shib pishiriladi. Toshkent, Jizzax, Samarqand, Qashqadaryo va Surxandaryo viloyatlarida keng tarqalgan, quyi va o'rta tog' mintaqasining toshli va shag'alli qiyaliklarida o'sadi. [1]

Sachratqining ildizi kuzda sentyabr-oktyabr oylarida yig'ib olinadi. Buning uchun ular birinchi navbatda belkurak yordamida kovlanadi, ba'zida plug yordamida haydab olinadi. Shundan so'ng ildizlar qo'l yordamida ajratiladi, yuviladi hamda quritiladi. Ildizni quritishdan oldin poyaning keraksiz qismidan tozalanadi. Ildizlar yo'g'on va uzun bo'lsa, ular bo'ylamasiga va ko'ndalangiga bir necha bo'laklarga bo'linib, quritgichda 50-600C haroratda quritiladi. Quritilgan xom ashyo burishgan ko'rinishiga ega bo'ladi. Tashqi tomondan ozgina jigarrang, ichi oq yoki sarg'ish bo'ladi. U o'ziga xos hidga ega emas, faqat achchiq ta'mga ega. Yer usti qismi har qanday dorivor o't kabi tayyorlanadi: sachratqi novdasining yuqorigi qismi gullash davrida yig'iladi, alohida bo'laklarga bo'linib, havo yaxshi aylanadigan soya joylarda quritiladi. Sachratqi ildizida 60% gacha inulin, 10-20% fruktoza, intibin glikozidi (farmatsevtika sanoatida qo'llaniladi), shuningdek, karotin, B (B1, B2, B3) vitaminlar guruhlari,

C vitamini, makro va mikroelementlar (Na, K, Ca, Mg, P, Fe va boshqalar), organik kislatalar, taninlar, pektin, oqsil moddalari, smolalar mavjud. Sachratqi ildizi tarkibida qimmatli modda inulin mavjud bo'lib, metabolizmni yaxshilaydi va ovqat hazm qilish tizimining faoliyatini normallashtiradi. [2]

Sachratqi o'simligi uzoq vaqtdan buyon xalq tabobatida mashhur bo'lgan qimmatbaho dorivor o'simlik. Sachratqi ildizi qadimgi Rimda ovqatni hazm qilishni yaxshilash uchun ishlatilgan, Misrda undan ilon va o'rgimchak chaqqanida zaharga qarshi zardob tayyorlashgan. Mashhur Abu ali ibn Sino oshqozon-ichak trakti va ko'z kasalliklari, ko'z yallig'lanishi hamda podagra kasalliklarini davolashda sachratqi qo'llanilgan. Zamonaviy tibbiyotda sachratqi o'zining foydali dorivor xususiyatlari (tinchlantiruvchi, shakar miqdorini pasayturuvchi, bog'lovchi, o't haydovchi, siydik haydovchi, yallig'lanishga qarshi, isitma tushiruvchi, gijja haydovchi xususiyatlar) tufayli juda xilma-xil qo'llanishlarni topgan. Ildiz qaynatmasi ishtahani yaxshilash, oshqozon osti bezi faoliyatini normallashtirish uchun eng yaxshi vositalardan biri bo'lib kelgan. Bundan tashqari, o't qopi toshlarini eritishga yordam beradi, o't haydovchi ta'sirga ega, jigarda qon oqimi va uning metabolitik jarayonlarini yaxshilaydi. O'simlikdan olingan inulin bifidostimulyator bo'lib, foydali ichak mikroflorasini rivojlanishiga yordam berib, organizmning umumiy immunitetini mustahkamlaydi. Yuqoridagi xususiyatlar tufayli sachratqi oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yaralari, gastrit, disbakterioz, dispepsiya, ich qotishi, jigar va o't pufagi kasalliklari (sirroz, gepatit va boshqalar) profilaktikasi va davolashda keng qo'llaniladi. Sachratqi asab va yurak-qon tomir tizimi uchun juda foydali. Ildizidan tayyorlangan sharbati kofeinni o'zida saqlamaydigan kofe o'rnini bosuvchi ichimlik sifatida qo'llanilishi mumkin bo'lmagan holatlar aniqlanmaganligi uchun gipertoniya, nevrasteniya, depressiya, uyqusizlik va migren kasalligi bor insonlar uchun foydali hisoblanadi. Sharbat B vitaminiga boy bo'lganligi tufayli inson asab tizimiga tinchlantiruvchi ta'sir ko'rsatadi (bu vitaminlar yaxshi kayfiyat, sog'lom uyqu, energiya va quvvat uchun javobgar).

Shu bilan birga kaliyga boy bo'lgan sachratqi (yurakning normal ishlashi uchun zarur) qondan ortiqcha xolesterindan foriq bo'lishda, tomirlarning kengayishiga, yurak qisqarishining amplituda va ritmini normallashtirishda yordam beradi. Aynan shu sababli ateroskleroz, taxikardiya, yurak-qon tomirlar tizimi kasalliklari va boshqa kasalliklarga chalingan insonlar uchun ratsionda sachratqi ichimligi istemol qilish foydali hisoblanadi. Sachratqi tarkibida yuqori miqdorda temir moddasi kamqonlikning (anemiya) oldini olish va kompleks davolashda ishlatiladi. Xalq tabobatida oftob urganda va sachrama toshmalarni davolashda poyasi kaynatmasi va kulidan foydalaniladi. [3]

Tibbiyotda sachratqi ildizi tarkibida yuqori molekulyar polisaxarid inulinning yuqori miqdorini saqlagani uchun qimmatli hisoblaniladi. Aynan inulin qondagi qand miqdorini kamaytirishda, metabolizm va ovqat hazm qilishni yaxshilashda yordam beradi, bu barcha xususiyatlari kompleks ravishda diabetning oldini olish va davolashda ijobiy rol o'ynab, ortiqcha vaznga qarshi kurashda samarali hisoblanadi. Sachratqi teri kasalliklarini kompleks davolashda ham qo'llaniladi. Sachratqi bakteritsid va yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega bo'lganligi uchun yarani davolovchi vosita sifatida ishlatilishi mumkin (o'simlikning damalama, qaynatma va spirtli nastoykasi seboreya, allergik dermatit, neyrodermatit, diatez, ekzema, suvchechak, psoriaz, pes, husnbuzar, furunkul va boshqalar). Kundalik hayotda sachratqidan foydalanish taloq kasalliklari, buyrak yallig'lanish kasalliklari va buyrak toshlarini davolashda sezilarli ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, sachratqi tarkibini muntazam iste'mol qilish insonlarni toksinlar, radiaktiv moddalar va og'ir metallardan tozalashda yordam beradi. 1 qoshiq maydalangan sachratqi ildizi ustiga 200 ml qaynoq suv qo'shib, 10 daqiqa davomida past olovda qaynagandan so'ng qizdiriladi, so'ng tindirib suzgichdan o'tkaziladi. Qandli diabeti uchun kuniga 3 mahal 50 ml dan ichiladi. Sachratqi ildizi o'q ildiz, tuproqqa 1,5 m chuqlikkacha kiradi. Sachratqi ildizida 20% gacha inulin bor (Yevropa mamlakatlarida dorivor ekin sifatida ekiladi). Mart-mayda o'sa boshlaydi, iyuldan oktabrgacha gullaydi

va mevalaydi. Urugʻidan koʻpayadi. Ildizining qaynatmasi oshqozonosti bezi, oʻt pufagi, jigar (oʻt tosh kasalligida ham) kasalliklarida oʻt haydovchi vosita sifatida qoʻllaniladi, siydik haydovchi vosita sifatida buyrak kasalliklarida, ovqat hazm qilishni yaxshilash va metabolitik kasalliklarni davolashda ishlatiladi. Tashqi tomondan teri kasalliklari va podagra kasalligi uchun vanna, hoʻllanma va kompresslar sifatida qoʻllaniladi. [4]

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Saggu S., Sakeran M.I., Zidan N., Tousson E., Mohan A., Rehman H. Ameliorating effect of chicory (*Chichorium intybus* L.) fruit extract against 4-tert-octylphenol induced liver injury and oxidative stress in male rats // *Food and Chemical Toxicology*. 2014. Vol. 72. Pp. 138-146. DOI: 10.1016/j.fct.2014.06.029.
2. Jamshidzadeh A., Khoshnood M.J., Dehghani Z., Niknahad H. Hepatoprotective Activity of *Cichorium intybus* L. Leaves Extract Against Carbon Tetrachloride Induced Toxicity // *Iranian Journal of Pharmaceutical Research*. 2006. Vol. 1. Pp. 4146. DOI: 10.22037/IJPR.2010.651.
3. Mares D., Romagnoli C., Tosi B., Andreotti E., Chillemi G., Poli F. Chicory extracts from *Cichorium intybus* L. as potential antifungals // *Mycopathologia*. 2005. Vol. 160(1). Pp. 85-91. DOI: 10.1007/s11046-004-6635-2.
4. Abdel-Rahim E.A., Rashed M.M., El-Hawary Z.M., Abdelkader M.M., Kassem S.S., Mohamed R.S. Anti-diabetic Effect of *Cichorium intybus* Leaves and *Plantago ovate* Seeds in High Fat Diet-streptozotocin Induced Diabetic Rats // *Journal of Food and Nutrition Research*. 2016. Vol. 4. N5. Pp. 276-281. DOI: 10.12691/jfnr-4-5-2.