

UDK.664.55;633.82
DORIVOR VALERIANA (VALERIANA OFFICINALIS.L) O'SIMLILINING
SHIFOBAXSHLILIK XUSUSIYATLARI.

Mirzayeva Mutabar Azamovna
FarDU dotsenti q.x.f.n.
Rustamov Doniyor Xusanboy o'g'li
FarDU, 22.65 guruh talbasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada valeriana (*officinalis*) o'simligining biologiyasi va tabobatda qo'llanilishi bayon etilgan. Valeriana o'simligi yurtimizning unumdor va sug'oriladigan yerlarda yaxshi o'sishi, Farg'ona vodiysi, Toshkent va Samarqand viloyatlarida uni plantatsiyalari borligi haqida ma'lumotlar berilgan. Tabobatda yurak va qon-tomir kasalliklarini oldini olish hamda davolashda, ayniqsa asab sistemasini tinchlantirishda dorivor o'simliklar va ulardan olinadigan dori vositalari keng miqosda ishlatiladi aytib o'tilgan

Kalit so'zlar: Valerianaceae, ildiz, Valeriana ko'chatlari, hidi, dorivorligi, tarkibi, navlari, tarqalish maydoni, biologiyasi, kimyoviy tarkibi.

Abstract: This article describes the biology and medicinal use of valerian (*officinalis*) plant. Valerian plant grows well in fertile and irrigated lands of our country. There are plantations in the Valley, Tashkent and Samarkand regions. Medicinal plants and medicines obtained from them are widely used in medicine for the prevention and treatment of heart and blood vessel diseases, especially for calming the nervous system.

Key words: valerianaceae, root, Valeriana seedlings, smell, medicinal properties, composition, varieties, distribution area, biological.



Kirish. Dorivor o'simliklar ichida valeriana -Valeriana officinalis.L. Valerianaceae oilasiga mansub bo'lib Rossiyaning Yevropa qismida, O'rta Osiyo cho'li va Sibirning shimolida, Shimoliy Kavkazning ayrim tumanlari. Markaziy Osiyodagi joylarda, Kasnodar

o'lkasida, O'zbekistonda madaniy sharoitlarda o'stiriladi. Ba'zi turlar Yevropa, Shimoliy Amerika va Janubiy Amerika mamlakatlarida mahalliy o'simlik hisoblanadi.

Ushbu o'simlik Valeriana turkumiga mansub polimorf o'simlik hisoblanadi. Yer yuzida yovvoyi holda ularning 250 ga yaqin turlari mavjud. Shimoliy va Janubiy Amerika, Yevropa va Osiyoning tog'li hududlarida tarqalgan. MDH hududida 23 tur, O'rta Osiyoda 12 tur, ma'lumotlarga ko'ra Respublikamizda 3 turi uchraydi. Berilgan ma'lumotlarga ko'ra tabobatda asosan Valeriana Officinalis L ishlatiladi, mazkur tur maxsus xo'jalikda ekib o'stiriladi. Dorivor Valeriana Officinalis boyi 2 metr keladigan, tik o'suvchi, slindirsimon, mayda qirrali, shoxlanmagan, ichi kovak poya hosil qiluvchi o'simlik. Ildizpoyasi qisqa, tarkibida 0.5-2 % efir moyi va sof holda izovalerian kislota bor. Uning efir moyi asosan ingichka ildizda, tajriba ma'lumotlariga ko'ra izovalerian yog'on va qari ildizda ko'proq bo'ladi. Bargi oddiy, toq patli ajralgan, 4-11 juft segmentlar (bo'lakchalar) dan iborat. Ildizoldi barglar uzun bandli, poyadagi barglar bandi esa poyaning yuqori qismiga yetgani sari qisqarib boradi. Barglari poyada qarama-qarshi joylashgan Gullari mayada, hidli, poya uchida qalqonsimon yirik ro'vakka to'plangan. Kosachabrglari gul ichiga qarab qayrilgani sababli aniq bilinmaydi. Gultojisi varonkasimon, besh bo'lakli, uchi ichkariga qayrilgan, oq yoki pushti rangli, otaligi 3 ta, onalik tuguni 3 xonaligi, pastga joylashgan. Mevasi – cho'ziq tuxumsimon, och qo'ng'ir pista. May oyining oxiridan boshlab avgust oyigacha gullaydi. Yovvoyi valeriananing ildizpoyasining uzunligi 1-3 sm, diametiri 1-2 sm, ildizining uzunligi 4-8 sm, diametiri 1-2 mm, plantatsiyada yig'ilgan ildizpoyaning uzunligi esa 5 sm, diametri 3 sm, ildizining uzunligi 20 sm bo'ladi. Dorivor valeriana may-avgust oylarida gullaydi, mevasi sentiyabirda yetiladi.

Adabiyotlar sharhi Turning eng keng tarqalgan turlari Valeriana alypifolia, Valeriana aretioidlar, Xolmatov H.X., O.A. Ahmedovlar ma'lumotiga ko'ra Valeriana astero'triksi, Valeriana bertiscea. Valeriana buxifolia, Valeriana californica, Valeriana celtica Valeriana cernua, valeriana koleofillasi, Valeriana dioscoridis, Valeriana edulis, Valeriana kreyeriana, Valeriana montana, Valeriana occidentalis, Valeriana sekunda, Valeriana sitchensis Valeriana uliginosa hisoblansa, ularni umumiy bitta nom – Dorivor valeriana (valeriana officinalis L.) bilan ataladi. [2017]

. Montufar .R.&.Pitman.N. ma'lumotlariga ko'ra Qadimgi Yunoniston, Rim, Misr, Hindiston, Sharq tabiblari valeriananing yuqori asabiy faoliyatga foydali ta'sir ko'rsatish xususiyatlarini allaqachon bilishgan. [2006]

Rasmiy tibbiyot o'simlikni faqat XIX asrda tan olgan va uning dorivor salohiyati butun dunyodagi zamonaviy olimlarning ongini hayajonlantirishda davom etmoqda va ko'plab tadqiqotlar va ishlarga sabab bo'lmoqda. Maxmudova G.B., Berdiyev E.T bergan ma'lumotlarga ko'ra Tibbiy maqsadlarda ildizli ildizpoyadan foydalaniladi, chunki ularda o'simlikning barcha foydali biologik faol moddalari: efir moylari, organik kislotalar, oshlovchi moddalar, saponinlar, xatinin va valerin, makro - va mikroelementlar, shu jumladan kaltsiy, temir, rux, kaliy, marganets, magniy, selen to'planadi. [2016]

Tabobatda ishlatilishi. Qadimgi Yunoniston, Rim, Misr, Hindiston, Sharq tabiblari valeriananing yuqori asabiy faoliyatga foydali ta'sir ko'rsatish xususiyatlarini allaqachon bilishgan. U miyani tinchlantirish va mustahkamlash, hatto fikrlarni boshqarish qobiliyatiga ega edi. Rasmiy tibbiyot o'simlikni faqat XIX asrda tan olgan va uning dorivor

salohiyati butun dunyodagi zamonaviy olimlarning ongini hayajonlantirishda davom etmoqda va ko'plab tadqiqotlar va ishlarga sabab bo'lmoqda.

Ma'lumotlarga ko'ra tibbiy amaliyotda valeriana yumshoq sedativ, spazmolitik va safro haydash xususiyatlari uchun qadrlanadi. Unga asoslangan dorilar dunyoning ko'plab mamlakatlarida uyqusizlik, asabiy qo'zg'alish, yurak-qon tomir tizimining nevrozi, astma, epilepsiya, OIT va qalqonsimon bez kasalliklarini davolashda qo'llaniladi. Xalq tabobatida o'simlik oshqozon, tinchlantiruvchi va siydik haydovchi choylarning tarkibiy qismi sifatida qaynatmalar, damlamalar, kukunlar, ekstraktlar shaklida qo'llaniladi.

Eng katta qiymat valeriana efir moylari bo'lib, ular tarkibida borneol va izovalerian kislotasi esteri, borneol asetat mavjud bo'lib, bu valeriananing sedativ xususiyatlarini tushuntirib beradi:

- asab tizimini tinchlantiradi;
- silliq mushaklar va koronar tomirlarning spazmini bo'shashtiradi;
- asabiylikni pasaytiradi;
- bosimni pasaytirishga yordam beradi;
- qon aylanishini rag'batlantiradi;
- uyquni normallashtirishga yordam beradi.

Bundan tashqari, valeriana ekstrakti gamma-aminobutirik kislota retseptorlarining sezgirligini oshiradi – miyaning asosiy tormozlovchi neyromediatorlari, bu ham o'simlikning sedativ ta'sirini tushuntiradi, u asta-sekin o'zini namoyon qiladi, faqat tizimli va uzoq muddatli davolanish bilan to'liq ochiladi.

Tajriba ma'lumotlariga ko'ra Valeriananing Markaziy asab tizimiga yumshoq va tinchlantiruvchi ta'sir ko'rsatishi isbotlangan xususiyati tufayli o'simlik ekstrakti hissiy muvozanatni saqlash va stress bilan kurashishga qaratilgan bir nechta Siberian Wellness mahsulotlarining tarkibiy qismiga kiradi:

- "Valerian va Melissa" – o'simlik asosli antistress-kompleks;
- Stress Re.Live – asab tizimini himoya qilish va stressni oldini olish, uyquni normallashtirish va kayfiyatni yaxshilash uchun innovatsion organik kompleks.
- Yovvoyi giyohlardan fitochoyi №3 (tabiiy antistress) – asabiy qo'zg'alishni kamaytiradi, stressni yengishga yordam beradi, uyqu sifatini yaxshilaydi.

Xulosa. Qaysi o'simlik bizning asab tizimimiz uchun eng yaxshi tinchlantiruvchi va eng foydali ekanligi haqidagi savolga valeriana javobi birinchi bo'lib xayolga keladi. Ha, yordamga ham shunday: hamma biladiki, valeriana bilan kuchli stress yoki xavotir holatlarida siz tezda tinchlanasiz va ruhingiz yengil tortadi. Shunday ekan, bu o'simlikdan xalq tabobatida tabiiy tinchlantiruvchi va yurak-qon tomir tizimida samarali vosita hisoblanadi. Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, bizning asosiy vazifamiz valeriana o'simligining shifobaxshlik xususiyatlari va farmatsevtika sanoatiga va O'zbekistonning dorivor o'simliklaridan olinadigan tabiiy dorilarni jahon miqyosiga tadbiq etishdan iborat.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Xolmatov H.X., Ahmedov O.A., Musayev N.A. - Farmakognoziya va Botanika asoslari. O'qituvchi - Nashriyot-matbuot ijodiy uyi "Toshkent-2017 yil;



2. Maxmudova G.B., Berdiyev E.T., O'rmon dorivoir o'simliklari; M.X.Hakimova. T: - Sano -standart“ nashiryoti 2016-276 bet;
 3. “Valeriana” o'simlik ro'yhati (1,1-versiya) olingan 2014.09.19;
 4. Montufar .R.&.Pitman.N.2004.2006.IUCN xavf ostida bo'lagan qizil ro'yhat. 2007- yil 24- avgust;
 5. Xolmatov H.X., Ahmedov O.A A.И.Уралов. Рост и развитие Ferula tadshikorum Pimenov в условиях интродукции Acta Biologica Sibirica, 2019, 5(3), P.172-177.
 6. apteka.uz. / dori vositalari /Valeriana.
 7. O'zME. Birinchi jild. Toshkent, 2000-yil
- Internet malumoti
uz.siberianhealth.com
uz.wikipedia.org