

## YURTIMIZDAGI XUSHBO'Y VA XUSHT'AM O'SIMLIK LARDAN FOYDALANISH YO'LLARI.

**Egamova Zebo Sharipovna**

Xorazm Viloyati Qo`shko`pir tumanidagi 11-umumiy o`rta ta`lim maktabining  
Oliy toifali biologiya fani o`qituvchisi **Tell:+998(93)2809025**

[egamovazebo003@gmail.com](mailto:egamovazebo003@gmail.com)

***Annotatsiya:** Ushbu maqolada xushbo`y va xushtam o`simiklar biologik aktiv moddalarga boy bo`libgina qolmasdan, balki fitonsitlik hamda antibakteriositlik xususiyatlariga ham egadirlar. Shu sababli ulardan oziq – ovqat mahsulotlari ishlab chiqarishda hamda tayyorlashda foydalanganda, oziq – ovqat mahsulotlari sifatini, ta`mini, to`yimlilikini, organizmda tez hazm bo`lishini ta`minlabgina qolmasdan, balki ularni tez aynib qolishdan saqlash va foydalanish masalalari hususida mulohaza yuritiladi.*

***Annotation :** In this article, fragrant and fragrant plants are not only rich in biologically active substances, but also have phytoncide and antibacterial properties. Therefore, when using them in the production and preparation of food, it is important not only to ensure the quality, taste, nutrition, digestibility of food, but also to protect and use it from rapid spoilage*

***Аннотация :** В статье душистые и душистые растения не только богаты биологически активными веществами, но также обладают фитонцидными и антибактериальными свойствами. Поэтому при их использовании в производстве и приготовлении пищи внимание уделяется не только обеспечению качества, вкуса, питательности, быстрого переваривания пищи, но и вопросам их защиты и использования от быстрой порчи. . .*

***Kalit so`zlari:** Fitonsit, antibakteriosit, alkaro`t, sherolg`in, arpabodiyon, efir moylari, limonli shuvoq, tog`rayxon, mavrak, bakteriosit, komponentlar*

***Keywords:** Phytoncide, antibacteriocyte, alcohol, lily of the valley, dill, essential oils, lemon wormwood, thyme, mavrak, bacteriocyte, components .*

***Ключевые слова:** фитонцид, антибактериоцит, спирт, ландыш, укроп, эфирные масла, лимонная полынь, тимьян, маврак, бактериоцит, компоненты.*

O`zbekistonda xushbo`y va xusht`am o`simliklardan homashyo sifatida foydalanish, ularan efir moylarini ajratib olishni yo`lga qo`yish uchun barcha imkoniyatlar bor. Biz tabiiy holda o`sadigan efir moyli o`simliklardan to`g`ri va

oqilona foydalanishni yo`lga qo`yishimiz bilan bir qatorda, qimmatbaho xom ashyo manbai hisoblanadigan, yuqori sifatli efir moylarini beradigan limonli shuvoq, yorongul, yalpiz, mavrak, rayhon, arpabodiyon, kiyiko`t, tog`rayhon, alkarot, zira, sherolgin kabi o`simliklarni ekinga aylantirsak, homashyo manmayi mustahkamlanar edi. Ulardan olinishi mumkin bo`lgan efir moylari va tayyorlangan mahsulotlar yuqori sifatli bo`lib, nafaqat mamlakatimiz standartiga hatto jahon standartlariga ham to`g`ri kelar edi. Bu yechimlar amalga oshirilsa, yuqori sifatli efir moylari tayyorlanib, ulardan turli – tuman mahsulotlar ishlab chiqarishda foydalanilsa bu nafaqat ijtimoiy samaradorlikga ega bo`ladi balki iqtisodiy jihatdan ham foyda beradi.

Xushbo`y va xusht`am o`simliklar boyliklaridan foydalanganda o`simlik guruhlarining ekologik muvozanatiga ta`sir etmaslik uchun ularni yig`ishtirib olish va tayyorlash qoidalariga rioya qilinsa, o`simliklar orasidagi muvozanat buzilmaydi, balki ular yo`qotgan massalari qayta tiklanadi. O`simlik xom ashyolarini yig`ishtirishda turlarni bilmaslik, ularning biologik xususiyatlarini hisobga olmaslik, unumli va oqilona foydalanmaslik xom ashyo uchun yig`ishtirilayotgan o`simlik turlari hamda boyliklariga katta zarar yetkazadi.

Xushbo`y va xushtam o`simliklarning a`zolarida to`plangan efir moylarining miqdori ta`sir etuvchi omillarga bog`liq. Birinchi navbatda, o`simliklarning tarqalish rayoni o`shish sharoiti, rivojlanish davrlari, o`simlik guruhlari, tuproq va ob – havo sharoitlari quyosh yorug`ligining va nurlarining ta`siri hamda genetik jihatidan uzviy barqarorligi muhim ahamiyatga ega.

Xushbo`y va xusht`am o`simliklar efir moyining sifatli hamda ta`sirchan bo`lish payti ko`pchilik o`simliklarning g`unchalash va gullash davriga to`g`ri keladi. Ana shu paytda o`simliklarning yerustki massalari yig`ishtirilib olinishi lozim. G`uncha va gullari to`liq yetilganda, urug` va mevalari esa to`liq pishganda, ildiz, ildizpoya, tugunak hamda piyozlari o`simlik o`shish davrining oxirida, ya`ni o`simlik uyquga ketishi oldidan yig`ishtirib olinadi.

Xushbo`y va xusht`am o`simlik boyliklaridan noo`rin foydalanishlik, ularning biologik xususiyatlarini hisobga olmaslik, yig`im terimni belgilangan muddatlarda tashkil etmaslik belgilangan rejadan ko`proq xom ashyo yig`ishtirish, boyliklarni noo`rin payhon qiluvchi shaxslarga yo`l ochib berish o`simlik turlarining yo`qolib ketishiga hamda boyliklarining qayta tiklanishiga zarar keltiribgina qolmasdan, ayrim o`simlik turlari yo`qolib ketishiga sabab bo`ladi. Shu sababli xushbo`y va xushtam o`simlik xom ashyolarini tayyorlashda ilmiy asosda yaratilgan tadbir chora va qoidalarga to`liq amal etish kerak. Xushbo`y va xusht`am o`simliklar biologik aktiv

moddalarga boy bo`libgina qolmasdan, balki fitonsitlik hamda antibakteriositlik xususiyatlariga ham egadirlar. Shu sababli ulardan oziq – ovqat mahsulotlari ishlab chiqarishda hamda tayyorlashda foydalanganda, oziq – ovqat mahsulotlari sifatini, ta`mini, to`yimlilikini, organizmda tez hazm bo`lishini ta`minlabgina qolmasdan, balki ularni tez aynib qolishdan, saqlaydi.

Ziravorlangan oziq – ovqat mahsulotlari tarkibida turli vitaminlar, xushbo`y, juda ham yoqimli efir moylari, turli xil organik kislotalar karbon suvlar, oshlovchi moddalar, mikro va makro elementlar, fitonsit hamda bakterisit moddalari bo`ladi. Bunday biologik aktiv moddalar bilan boyigan oziq ovqat mahsulotlari ishtaha bilan tanovvul etiladi hamda osonlik bilan hazm bo`ladi. Natijada inson organizimida modda almashinuv jarayoni yaxshilanadi, turli kasalliklarga bo`lgan qarshiligi kuchayadi. Hozirgi kunda eng ko`p ishlatiladigan xushbo`y va xushtam o`simliklardan zira, oq zira, qora zira, kariandr, karafs, qizil va achchiq qalampir, yer qalampir, rayhon, tog` rayhon, yalpiz, kiyiko`t, limo`no`t, mavrak, sarimsoq piyoz, qarqand, jambil, zanjabil, zarchava, yerchoy, tog` jambili va bir qancha ko`plab boshqa o`simliklar ishlatiladi.

*Tog`jambili:* sershox, pastbo`yli ( 10 – 15 ) cm chala butalardan iborat, mayda, teskari tuxumsimon yoki lansetsimon qarama – qarshi joylashgan. Guli mayda pushti va qizg`ish hushbo`y. Mevasi kosachabarglari bilan qo`shilib o`sgan 4 ta yong`oqcha. O`zbekistonda 2 ta turi bor. Tog`jambili yozning boshlarida gullab oxirida meva qiladi. U efir moyli va shirali o`simlik bo`lib xalq tabobatida ishlatiladi.

*Limo`no`t:* ikki uyli chirmashib o`sadi bargi qizil cho`ziq tuxumsimon, o`tkir uchli, cheti kungurali bandli ketma – ket guli bir jinsli, oq yoki pushti xushbo`y. Mevasi 1-2 urug`li, dumaloq, qizil, limon mazasi va hidi bor. Mevasi va urug`i tarkibida limon, olma va boshqa organik kislotalar uglevodlar vitamin C , efir moylari va boshqa darmon dorilar mavjud. Limo`no`tning kukuni aqliy va jismoniy charchaganda mehnat qilish va ko`rish qobiliyati susayganda markaziy nerv sistemasi faoliyatini kuchaytiruvchi shuningdek yurak – tomir sistemasi va nafasni yaxshilovchi vosita sifatida ishlatiladi.

*Yerchoy:* Ranodoshlar oilasiga mansub ko`p yillik o`t, bo`yi 45 cm. Gullari sariq mevasi murakkab pista. Yerchoyning yerostki qismi tarkibida gein gliozidi, 0,42 % gacha efir moyi 36 % dan ortiqroq oshlovchi moddalar organik kislotalar va boshqalar bor. Yerchoy xalq tabobatida tish kasalliklarini davolash va og`riqni qoldirishda, damlamasi meda – ichak kasalliklarini davolashda ishlatiladi.

*Jambil:* Labguldoshlar oilasiga mansub 1 yillik xushbo`y o`simlik. O`zbekistonda sug`oriladigan yerlarda ziravor o`simlik sifatida ekiladi. Bo`yi 20 – 30 cm poyasi

yuqori qismidan. Poyasi yuqori qismidan shoxlaydi, barg chetlari tekis etli. Gullari pushti, boshhoqsimon to`pgullarga yig`ilgan poy va shoxlarining uchida joylashgan. Jambil atir-upa sanoatida va meda ichak kasalliklarini davolashda ishlatiladi.

Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, tabiiy xolda o`sadigan xushboy va xushtam o`simliklarning oxirigacha aniqlangan emas. Keyingi yillarda o`tkazilishi lozim bo`lgan yanada chuququr ilmiy tatqiqotlar yangidan – xushbo`y va xushtam giyohlarning topilishiga olib keladi. Xushbo`y va xushtam o`simliklardan foydalanish faqat ularning tarkibida saqlanadigan efir moylari miqdorining ko`pligi bilan belgilanmasdan, balki ular saqlaydigan komponentlarning miqdori hamda xususiyatlari bilan chambarchas bog`liqdir.

Xushbo`y va xushtam giyohlardan oziq – ovqat sanoatida keng miqiyosda ishlatish lozim bo`lgan turlar mavrak, kiyiko`t, zufo, rayhon, tog` rayhon, yalpiz, zanjabil, upor, bo`ymadaron, andiz, zira va shu kabi turkumlarni tashkil etadi.

Xushbo`y va xushtam o`simlik xom ashyolaridan foydalanayotganda, albatta, ular yig`im – terimini o`tkazish, tayyorlash, quritish saqlash hamda qo`llash to`g`risidagi ko`rsatmalarga to`liq rioya qilish zarur. Aks holda uladan foydalanganda ham yaxshi natijalar bermaydi.

Yurtimizda shu o`simliklar xom ashyosidan efir moylarini ajratib oladigan zavotlar bunyod qilishdan iboratdir.

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO`YXATI**

1. Yo.X.To`raqulov,J.A.Musayev.Umumiy biologiya.Toshkent,1996.
2. M.N.Nabiyev.Batanika atlas lug`ati. Toshkent, "Fan".1969
3. A.To`htayev.O`simliklar anotomiyasi va morfologiyasi.Toshkent,"O`qituvchi".1994.
4. A.Xamidov,M.Nabiyev,T.Odilov.O`zbekiston o`simliklari aniqlagichi.Toshkent,"Oqituvchi".1987.
5. A.Xamidov.Botonika asoslari.Toshkent,"Mehnat".1990.
6. [https:// hujayra.uz](https://hujayra.uz)
7. [www.o`qituvchi.uz](http://www.o`qituvchi.uz)