

DORIVOR O'SIMLIK - JENSHEN: FOYDALI XUSUSIYATLARI VA QO'LLANILISHI

Tojiyeva Dilnoza Tulqin qizi

Samarqand davlat tibbiyot universiteti talabasi

Matkarimova Gulnaz Maqsudjonovna

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

shahribonushukurova87@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14835610>

Annotatsiya: Ushbu maqolada jenshen o'simligining biologik tarkibi, shifobaxsh xususiyatlari va farmakologik ta'siri haqida ma'lumot beriladi. Shuningdek, uning dorivor vosita sifatida ishlatilishi, zamonaviy tibbiyot va xalq tabobatidagi o'rni ham yoritiladi.

Kalit so'zlar: Jenshen, dorivor o'simlik, adaptogen, immunitet, antioksidant, xalq tabobati, farmakologiya.

ЛЕКАРСТВЕННОЕ РАСТЕНИЕ - ЖЕНЬШЕНЬ: ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА И ПРИМЕНЕНИЕ

Аннотация: В этой статье представлена информация о биологическом составе, лечебных свойствах и фармакологических эффектах растения женьшень. Также будет освещено его использование в качестве лекарственного средства, его роль в современной медицине и народной медицине.

Ключевые слова: Женьшень, лекарственное растение, адаптоген, иммунитет, антиоксидант, народная медицина, фармакология.

MEDICINAL PLANT - GINSENG: BENEFICIAL PROPERTIES AND USES

Abstract: This article will tell about the biological composition, healing properties and pharmacological effects of the ginseng plant. Its use as a medicinal agent, its role in modern medicine and folk medicine are also highlighted.

Keywords: Ginseng, medicinal plant, adaptogen, immunity, antioxidant, folk medicine, pharmacology.

KIRISH

Jenshen (*Panax ginseng*) qadimdan mashhur bo'lgan dorivor o'simlik bo'lib, uning ildizi kuchli adaptogen va tonik vosita hisoblanadi. Sharq tabobatida jenshen uzoq umr ko'rish, organizmni tiklash va kasalliklarga qarshi kurashishda muhim rol o'ynaydi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar uning foydali xususiyatlarini tasdiqlagan.

ASOSIY QISM

1. Jenshenning biologik tarkibi

Jenshen ildizi turli xil bioaktiv moddalar, xususan, saponinlar (ginsenosidlar), polisaxaridlar, peptidlar, vitaminlar (B guruhi, C vitamini) va minerallar (kaliy, kaltsiy, fosfor) bilan boy.

Jenshen (*Panax ginseng*) o'zining noyob biologik tarkibi bilan mashhur bo'lib, undagi asosiy bioaktiv moddalar quyidagilardan iborat:

1. Saponinlar (Ginsenosidlar)

Jenshenning eng muhim faol moddalaridir.

100 dan ortiq turdagi ginsenosidlar aniqlangan.

Adaptogen ta'sir ko'rsatib, organizmning stressga chidamliligini oshiradi. Immun tizimini mustahkamlaydi va asab tizimini qo'llab-quvvatlaydi.

2. Polisaxaridlar

Immunitetni kuchaytirish xususiyatiga ega.

Antioksidant va yallig'lanishga qarshi ta'sir ko'rsatadi.

3. Peptidlar va Aminokislotalar

Energiya ishlab chiqarishda ishtirok etadi.

Mushaklarni tiklash va asab tizimini mustahkamlashga yordam beradi.

4. Azotli birikmalar (alkaloidlar)

Qon aylanishini yaxshilashga yordam beradi.

Markaziy asab tizimini rag'batlantiradi.

5. Organik kislotalar

Moddalar almashinuvini yaxshilaydi.

Detoksifikatsiya jarayonlariga yordam beradi.

6. Minerallar va Mikroelementlar

Temir, rux, magniy, kalsiy, mis, marganets – organizmning umumiy sog'lig'iga foydali ta'sir ko'rsatadi.

7. Vitaminlar

B guruhi vitaminlari – asab tizimini mustahkamlaydi.

Vitamin C va E – kuchli antioksidant xususiyatga ega.

2. Farmakologik ta'siri

Adaptogen ta'siri: Jenshen organizmning stressga chidamliligini oshiradi.

Immunostimulyator xususiyatlari: Immun tizimini mustahkamlashga yordam beradi.

Antioksidant ta'siri: Erkin radikallar ta'sirini neytrallaydi va qarishni sekinlashtiradi.

Yurak-qon tomir tizimiga foydasi: Qon bosimini me'yorda ushlab turishga yordam beradi.

3. Jenshenning qo'llanilishi

An'anaviy tibbiyotda jenshen charchoq, ruhiy tushkunlik va jismoniy holsizlikni bartaraf etishda ishlatiladi.

Zamonaviy farmatsevtika jenshen asosidagi dorilar va bioqo'shimchalarni ishlab chiqmoqda.

Sportchilarda jismoniy chidamlilikni oshirish maqsadida qo'llaniladi.

XULOSA

Jenshen noyob dorivor o'simliklardan biri bo'lib, inson salomatligiga ko'plab foydali ta'sirlarga ega. Uning biologik tarkibi va farmakologik xususiyatlari tufayli u xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotda keng qo'llaniladi. Shunga qaramay, jenshen qabul qilishdan oldin shifokor bilan maslahatlashish muhim ahamiyatga ega. Jenshen tarkibidagi ushbu moddalar organizmga kompleks ta'sir ko'rsatib, immunitetni oshirish, charchoqni kamaytirish va umuman hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi.

Adabiyotlar ro'yxati:

1. Farnsworth, N. R. "Biological and pharmacological properties of ginseng and its components." *Journal of Ethnopharmacology*, 1985.
2. Yuan, C. S., & Wang, C. Z. "Ginseng use in traditional and modern medicine." *Molecular Aspects of Medicine*, 2013.

3. Bahrke, M. S., & Morgan, W. P. "Evaluation of the ergogenic properties of ginseng." *Sports Medicine*, 2000.
4. World Health Organization. "Monographs on Selected Medicinal Plants." Geneva: WHO, 2002.
5. Lapasovna A. M., O'G'Li T. O. S., Anvarovich C. A. ZAHARLI METALL KATIONLARINI MINERALIZATDAN ANIQLASH. SURMA VA UNI BIRIKMALARI //Research Focus. – 2024. – T. 3. – №. 11. – С. 143-145.
6. Zarxol B., Mamirzayev M. A., Tashanov O. S. VITAMINLAR ISHLAB CHIQUARISH VITAMINLARNING BIOLOGIK AHAMIYATI MODDALAR ALMASHINUVI //Лучшие интеллектуальные исследования. – 2024. – Т. 21. – №. 5. – С. 154-159.
7. Хамдамкулов Д. Х. и др. ПОЛУЧЕНИЕ ВЫТЯЖКИ ИЗ АИРА ОБЫКНОВЕННОГО (*Acorus calamus*, Linnaeus, 1753) //Proceedings of International Conference on Educational Discoveries and Humanities. – 2024. – Т. 3. – №. 5. – С. 21-24.
8. Komiljonovna M. M., Safarovich T. O., Ergashboyevna E. M. GIDRAZIDLARNING BIOLOGIK FAOLLIGI FOSFORLANGAN KARBOKSILIK KISLOTALAR VA ULARNING HOSILALARI //Ta'limda raqamli texnologiyalarni tadbqiq etishning zamonaviy tendensiyalari va rivojlanish omillari. – 2024. – Т. 31. – №. 2. – С. 126-130.
9. Абдураззокова Х. Г. и др. MEDICINAL PLANTS USED AS REMEDIES FOR THE ORAL MUCOSA //Proceedings of International Conference on Educational Discoveries and Humanities. – 2024. – Т. 3. – №. 5. – С. 29-32.
10. Anvarovich C. A., Razhabboevnason A. R., Safarovich T. O. Og'iz bo'shlig'i shilliq qavatini davolashda ishlatiladigan dorivor o'simliklar //Amerika pediatriya tibbiyoti va sog'liqni saqlash fanlari jurnali (2993-2149). – 2024. – Т. 2. – №. 2. – С. 491-494.
11. Ziyadullayev A. O., Eshtemirova M. Z., Tashanov O. S. GIDROKSIL GURUHINI HIMOYALASH USULLARI //Proceedings of International Conference on Educational Discoveries and Humanities. – 2024. – Т. 3. – №. 5. – С. 33-38.
12. Toshboyev F. N., Tashanov O. S., Izatullayev S. A. Oziqa tarkibidagi spirtlarni oksidlanish jarayonini matematik modilashtirish orqali xisoblash //golden brain. – 2023. – Т. 1. – №. 28. – С. 117-120.
13. Kuchkarov O. A. et al. Investigation of particular parameters of a semiconductor ammonia gas analyzer //IOP Conference Series: Materials Science and Engineering. – IOP Publishing, 2020. – Т. 862. – №. 6. – С. 062101.
14. Mamadiyeva M. I., Ruziyev E. A., Mamirzayev M. A. Analitik kimyoni o'qitishda mustaqil ta'limni tashkil etish //O'zbekistonning iqtisodiy rivojlanishida kimyoning o'rni" mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjumani materiallari, III qism.-SamDU. – 2018. – Т. 124.
15. Mamirzayev M. METANDAN MEZOG'OVAKLI UGLEROD OLISH REAKSIYASI TEZLIGIGA TURLI OMILLARNING TA'SIRI //Theoretical and experimental chemistry and modern problems of chemical technology. – 2023. – Т. 1. – №. 01.
16. Fayzullaev N., Mamirzayev M. Mathematical modeling of kinetics and reactors of methane nanocarbon reaction //AIP Conference Proceedings. – AIP Publishing, 2023. – Т. 2789. – №. 1.