

VITAMINLARNI O‘SIMLIK HAYOTIDAGI AHAMIYATI VA VITAMIN SAQLAYDIGAN DORIVOR O‘SIMLIKLAR

Jaloldinova Madina Mirodil qizi

Buxoro Davlat Tibbiyot Instituti

E-mail: mirodilovnamadina@gmail.com

ANNOTATSIYA

Maqolada vitaminlarni o‘simlik hayotidagi ahamiyati va vitamin saqlaydigan dorivor o‘simliklar haqida fikrlar bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: vitamin, biotin, asparagin, namatak, qora qoraqat.

VITAMINLAR (lotincha vita-hayot) deb -organizmning normal o‘shishi va rivojlanishi uchun zarur bo‘lgan va nisbatan oz miqdorda uchraydigan kimyoviy organik birikmalarga aytiladi. Vitaminlar – tirik organizmda har xil biokimyoviy va fiziologik jarayonlar me‘yorida o‘tib turishini taminlaydigan moddalardir. Organizmda vitaminlarning yetishmasligi yoki umuman bo‘lmay qolishining asosiy sabablari jumlasiga ozuqa tarkibida vitaminlarning yetishmasligi yoki umuman bo‘lmasligi, bazilarining esa ichak devori orqali so‘rila olmay qolishi, ozuqalar tarkibida vitaminlarning (xazm qilish organlarida) sintezlanishiga halaqit qiladigan salbiy omillar, jumladan antibiotik yoki sulfanilamid preparatlari bo‘lib, ularni uzluksiz qabul qilinishi kiradi.

Vitaminlar asosan o‘simlik va mikroorganizmlarning xujayralarida sintezlanadi.

Vitaminlr o‘simliklar hayotida katta rol o‘ynaydi. Ular moddalar almashinuvining asosiy regulyator fermentlar biosintezida ishtirok etadi. Vitaminlarning ko‘pchiligi oqsil bilan birlashib, fermentlar hosil qiladi. Ba’zi vitaminlar aminokislotalar almashinuvida ishtirok etadi.

Masalan, vitamin H-biotin, asparagin, serin va boshqa aminokislotalar almashinuvida ishtirok etadi.

Vitamin C-karotin, katexin va flavonollar o‘simlik to‘qimalarida doimiy ravishda ro‘y berib turadigan oksidlanish va qaytarilish jarayonida faol qatnashadi. Bu jarayon davrida vitaminlar malum vaqt ichida oksidlanib qaytarilib turadi.

Vitaminlar tasirida o‘simliklarning hosildorligi oshadi, yetilishi tezlashadi va ildizi tez rivojlanadi. Bazi vitaminlar esa fotosintez jarayonida va o‘simlik gulining changlanishida ishtirok etadi. Mahsulot tarkibidagi vitaminlar miqdori doimo o‘zgarib turib, ko‘pincha o‘simliklarning gullash davrida yer usti organlarida maksimal miqdorda to‘planadi. Mevalarda esa ular pishib yetilgan vaqtida ko‘p yig‘iladi. SHuning uchun vitaminli mahsulotlarni tayorlash yuqoridagi aytib o‘tilgan vitamininga boy davrda o‘tkazilishi kerak.

Ko‘pchilik vitaminlarning o‘zi turg‘un birikma bo‘lsa ham ma’lum sharoitlarda (yuqori harorat, namlik, yorug‘lik va boshqa faktlar ta’sirida) oksidlanishi, parchalanishi yoki boshqa o‘zgarishlarga uchrashi mumkin. Natijada vitaminlar o‘zining biologik faolligini yo‘qotadi. Vitaminli mahsulotlarning yuqori sifatligini saqlab qolish uchun ularni tayorlashda, quritishda va saqlashda yuqorida ko‘rsatilgan sharoitlarni hisobga olish zarur. Tarkibida ko‘p miqdorda vitaminlar saqlaydigan o‘simliklar qatoriga quyidagi dorivor giyohlar va mahsulotlar kiradi:

Na’matak mevasi, qora qoraqat bargi va mevasi, o‘rmon qulupnayining bargi va mevasi, Chetan mevasi, chakanada mevasi va moyi, tirnoqgul, gazanda bargi, makkajohori gulining ustunchasi, jag‘-jag‘ yer usti qismi va boshqalar.

NA’MATAK-chiroyli va xushbo‘y gulli tikanli buta, mevasining tarkibida 4-6 ba’zan 18% gacha C vitamini, 0.3mg% B2 vitamini, K vitamini, P vitamini 12-18mg%, karotin va boshqa moddalar mavjud.

Xalq tabobatida na’matakning ho‘l mevasi va uning qaynatmasi o‘tkir va surunkali jigar kasalliklarida va boshqa hastaliklarda qo‘llaniladi.

Ibn Sinoning fikricha na’matak, ayniqsa uning guli tomoq kasalliklarida foydalidir.

Tibbiyotda na'matakning yetilgan mevalari polivitaminlar saqlovchi mahsulot sifatida ishlatiladi. Bemorni kasallikka qarshi chidamini yaxshilash uchun, yallig'lanishga qarshi, kamqonlikda, surunkali xolesistitda, gipoatsid gastiritda tavsiya etiladi. O'simlikning urug'idan olingan moyi tarkibida karotinoidlar va tokoferollar saqlanadi. Shu sababli u turli yaralarning bitishini tezlashtiradi va yallig'lanishga qarshi dori sifatida ishlatiladi.

Na'matakning mevasidan turli dorivor preparatlar tayorlanadi. CHunonchi, askorbin kislota mevasidan damlama, ekstrakt, karotolin, na'matak moyi va sharbat hamda tabletkalar tayorlanadi.

QORA QORAQAT-bo'yi 1-1.5m bo'lgan buta.O'simlikning bargi tarkibida 400mg% gacha askorbin kislota, P vitamini va efir moyi mavjud. Mevasida C vitamini 80-200mg%,karotin 0.1mg%,E vitamini 0.72mg%,B vitamini -0.02-0.03mg% va boshqalar bor.

Xalq tabobatida o'simlikning mevasi va bargi qand kasalligida, ishtaha yomonlashganda, surunkali gastritda va enterokolitda, kamqonlikda, jigar kasalliklarida ishlatiladi. Qora qoraqatning bargi yallig'lanshiga qarshi va siydik haydovchi ta'sirga ega.

Tibbiyotda o'simlik mevasi vitamin saqlaydigan mahsulot, parhez va davolash uchun turli kasalliklarda, ayniqsa, C vitamini yetishmovchiligi bilan bog'liq xastaliklarda (singa, gemorragik diatez, kamqonlikda, gipoatsid holatlarda ,enterokolit va bronxitda) beriladi. Bundan tashqari, turli yuqumli kasalliklarning oldini olish va davolash uchun (gripp, angina, dizenteriya, ichterlama va boshqalar) asosiy spetsifik dori-darmonlar bilan birga tavsiya etiladi. Bundan asosiy maqsad bemor organizmini kasallikka qarshi chidamini oshirishdir.

Demak, vitaminlar tirik organizmlarning hayot faoliyati uchun zarur biologik moddalardir. SHuningdek, o'simliklar tarkibidagi vitaminlarning ahamiyati esa juda katta hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

- 1.O.O. Obidov, A.A. Jo‘rayeva, G.Y. Malikova. Biologik kimyo darslik
- 2.CH. Kantor, P.SHimmey, Bioorganik kimyo
- 3.V.L. Kretovich. O‘simliklar biokimyosi.

