

**DORIVOR ARPABODIYON PIMPINELLA ANISUM L SHIFOBAXSH
XUSUSIYATLARI VA XALQ TABOBATIDA QO‘LLANISH USULLARI**

Abdulatifova Oydina Nozimjon qizi

Namangan davlat universiteti Biotexnologiya fakulteti 3-bosqich talabasi

E-mail: abdulatifovaoydina@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada shifobaxsh arpabodiyon Pimpinella Anisum L o‘simligining kimyoviy tarkibi, foydali xususiyatlari, shifobaxsh ta’siri va xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotda qo‘llanish yo‘llari yoritilgan. Arpabodiyon qadimdan zamondan ovqat hazm tizimini yaxshilovchi, tinchlantiruvchi, yallig‘lanishga qarshi va antibakterial vosita sifatida ishlatilgan. Maqolada o‘simlikning barglari, urug‘i va efir moylaridan tayyorlanadigan damlamalar, sharbatlar va boshqa tabiiy vositalarning sog‘liq uchun foydali jihatlari tahlil qilingan. Shu bilan birga, arpabodiyon iste’mol qilishda e’tiborli bo‘lish zarur bo‘lgan hodisalar haqida ham ko‘rsatmalar berilgan. Mazkur izlanishlar dorivor o‘simliklarni chuqur o‘rganish va ularni amaliyotga joriy etishning dolzarbligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: Arpabodiyon, Pimpinella Anisum L, o‘simlik, shifobaxsh xususiyatlar, xalq tabobati, tarkib, efir moylari, damlama, biologik faol moddalar, organik vositalar, fitoterapiya.

**MEDICINAL PROPERTIES OF THE MEDICINAL PLANT PIMPINELLA
ANISUM L AND METHODS OF USE IN FOLK MEDICINE**

Abdulatifova O.N

3rd year student of the Faculty of Biotechnology, Namangan State University

E-mail: abdulatifovaoydina@gmail.com

Annotations. This article discusses the chemical composition, beneficial properties, healing effects, and methods of use of the medicinal plant fennel Pimpinella Anisum L in folk and modern medicine. Fennel has been used since ancient times as a digestive, sedative, anti-inflammatory, and antibacterial agent. The article analyzes the health benefits of tinctures, juices, and other natural remedies made from the leaves, seeds, and essential oils of the plant. At the same time, it also provides instructions on what to be careful about when consuming fennel. These studies demonstrate the relevance of in-depth study of medicinal plants and their implementation in practice.

Keywords: *Fennel, Pimpinella Anisum L, plant, medicinal properties, folk medicine, composition, essential oils, tincture, biologically active substances, organic remedies, phytotherapy.*

Kirish. Ayni paytda butun dunyo miqyosida tabiiy va ekologik toza davolovchi vositalariga bo'lgan talab ortib borayotgan bir paytda, dorivor o'simliklardan foydalanish salomatlikni saqlashda muhim dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Jumladan, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti tomonidan 2020-yil 10-iyundagi "Dorivor o'simliklarni yetishtirish, ularni qayta ishlash va eksport qilish tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-4754-sonli qarori dorivor o'simliklar sohasida keng ko'lamli islohotlarga zamin yaratdi. Ushbu qarorga asosan, dorivor o'simliklarning agrotexnik jihatdan to'g'ri yetishtirilishi, ilmiy asoslangan qayta ishlanishi hamda xalq salomatligi uchun xizmat qiluvchi mahsulotlar ishlab chiqarish tizimi yo'lga qo'yilmoqda.

Mazkur islohotlar doirasida yurtimizda o'sadigan qadimiy va ko'p asrlik tajribaga ega dorivor o'simliklar – jumladan, arpabodiyon (*Pimpinella Anisum L*) kabi o'simliklar tahlil markaziga chiqmoqda. Arpabodiyon o'zining ovqatga lazzat beruvchi xususiyatlari bilan birga, xalq tabobatida yurak-tomir, ovqat hazm qilish, asab tizimi, nafas yo'llari kabi tizimlarga ijobiy ta'sir ko'rsatishi bilan mashhurdir. Undan tayyorlanadigan damlamalar, sharbatlar va efir moylari shifobaxsh dori vositalarining tabiiy alternativi hisoblanadi.

Ushbu maqolada shifobaxsh arpabodiyonning biologik va kimyoviy tarkibi, shifobaxsh xususiyatlari, xalq tabobatida qo'llanilishi hamda uning dorivor o'simliklar ichidagi o'rni haqida batafsil tahlillar beriladi. Shuningdek, respublikada shu sohada olib borilayotgan ilmiy va amaliy ishlar yuzasidan ham ma'lumotlar yoritiladi.

ASOSIY QISM

Arpabodiyon (*Anethum graveolens*) – soyabonguldoshlar (Apiaceae) oilasiga mansub bir yillik o'simlik. Uning balandligi 40–150 sm gacha yetadi. Barglari mayda, o'tkir bo'laklarga ajralgan, o'simlik butunlay efir moylariga boy. Gullari sariq rangda, soyabon shaklida. Urug'i – kichik, yassilangan, jigarrang va yoqimli hidli bo'ladi.

Arpabodiyon asosan Osiyo va O'rta yer dengizi havzasi mamlakatlarida qadimdan yetishtirib kelingan. O'zbekiston, Hindiston, Eron, Turkiya, Misr va boshqa ko'plab hududlarda ham ommabop dorivor o'simlik hisoblanadi.

Kimyoviy tarkibi. Arpabodiyon o'zining dorivor xususiyatlarini quyidagi moddalarga qarzidor: Efir moylari (karvon, limonen, apiole va boshqalar) Vitaminlar (A, C, B guruhi) Minerallar (kaliy, kaltsiy, magniy, temir) Arpabodiyon xalq tabobatida va zamonaviy fitoterapiyada quyidagi maqsadlarda qo'llaniladi:



=====

Ovqat hazm qilishni yaxshilaydi: Oshqozon-ichak faoliyatini rag‘batlantiradi, meteorizm (qorinda gaz to‘planishi) ni kamaytiradi.

Yurak va qon tomir tizimi uchun foydali: Qon bosimini me’yorga keltirishga yordam beradi, yurak faoliyatini qo‘llab-quvvatlaydi.

Tinchlantiruvchi vosita: Uyqusizlik, asabiylashish, stress holatlarida dam beruvchi choy sifatida ichiladi.

Antibakterial va yallig‘lanishga qarshi ta’sir – Nafas yo‘llari shamollashlarida, tomoq og‘rig‘ida damlama tarzida foydalidir.

Qo‘llanilishi usullari:

Damlamasi: Urug‘idan tayyorlanadi (1 choy qoshiq maydalangan urug‘ga 1 stakan qaynoq suv). 10–15 daqiqa damlab, kuniga 2-3 mahal ichiladi.

Sharbat: Yangi bargidan siqib olinib, ovqat oldidan 1-2 qoshiq ichiladi.

Ziravor sifatida: Salatlar, sho‘rvalar, baliqli taomlarga qo‘shiladi.

Efir moyi: Aromaterapiyada va teri kasalliklarida tashqi surtmalar uchun ishlatiladi.

Ehtiyot choralari - Garchi arpabodiyon tabiiy va foydali o‘simlik bo‘lsa-da, me’yordan ortiq iste’mol qilish bosh og‘rig‘i, allergik reaksiyalar yoki qon bosimining keskin pasayishiga sabab bo‘lishi mumkin. Homilador ayollar va surunkali kasallikka chalingan bemorlar uni shifokor tavsiyasiga binoan iste’mol qilishlari maqsadga muvofiqdir.

XULOSA

Arpabodiyon (*Anethum graveolens*) — xalq tabobatida qadimdan foydalanib kelingan, dorivor xususiyatlarga boy bir yillik o‘simlikdir. U o‘zining efir moylari, vitaminlar va minerallar bilan boy kimyoviy tarkibi tufayli ovqat hazm qilishni yaxshilash, asab tizimini tinchlantirish, yurak-qon tomir faoliyatini qo‘llab-quvvatlash, yallig‘lanishga va mikroblarga qarshi kurashish kabi ko‘plab foydali xususiyatlarga ega. Arpabodiyondan damlama, sharbat, efir moyi va ziravor sifatida foydalanish mumkin bo‘lib, bu usullar sog‘liqni saqlash va tiklashda keng qo‘llaniladi. Ushbu o‘simlikning tabobatda tutgan o‘rni uni dorivor o‘simliklar orasida muhim ahamiyatga ega bo‘lishini ta’minlaydi. Arpabodiyondan to‘g‘ri va me’yorida foydalanish sog‘lom hayot tarziga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Karimov A.K., Ahmedov D.K. Dorivor o‘simliklar. – Toshkent: “Fan va texnologiya”, 2017. – 240 b.
2. Abdullayeva M.M., To‘laganova D.A. O‘simliklar farmakognoziyasi. – Toshkent: O‘zMU nashriyoti, 2020. – 198 b.
3. Mirzayeva D.I. Fitoterapiya asoslari. – Toshkent: Iqtisod-moliya, 2019. – 136 b.
4. Xudoyberganov S. va boshq. Biologik faol moddalar va ularning farmakologik xususiyatlari. – Samarqand: Samarqand Davlat universiteti nashriyoti, 2021. – 152 b.

- =====
5. World Health Organization. WHO Monographs on Selected Medicinal Plants, Vol. 2. – Geneva: WHO Press, 2002. – pp. 189–194.
 6. Stahl-Biskup E., Sáez F. Anise (*Pimpinella anisum*) in Medicinal and Aromatic Plants. – Taylor & Francis, 2002. – pp. 108–113.
 7. Duke, J.A. Handbook of Medicinal Herbs. – CRC Press, 2002. – 870 p.
 8. PubMed Central. *Pimpinella anisum* L.: *Pharmacological and traditional uses*. [<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC...>] (murojaat qilingan sana: 2025-yil 20-iyul)
 9. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 10-iyundagi PQ–4754-son qarori “Dorivor o‘simliklarni yetishtirish, qayta ishlash va eksport qilish tizimini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”.
 10. Abduraxmonov A.A., Normurodov Z.A. Farmakognoziya va dorivor o‘simliklar. – Toshkent: “Ilm ziyo”, 2016. – 175 b.
 11. Dorivor zubturm o‘simligining zamonaviy tabobatda qo‘llashning samarali usullari Zahriddinov I.I., G‘ulomova G.M., Abdubannayeva X.G‘ 1409 / 243-bet
 12. "Central asian food engineering and technology" elektron ilmiy jurnali. Journal of Food Science Volume1 Issue 4 June 2023 Issn: 2181-385x 4- son 2023-58-84 b.
 13. Usmonov Tokhirjon, & Zahiriddinov Ilyosjon. (2023). Medicinal Plants of the Lamiaceae Family in Namangan Region. *International Journal of Scientific Trends*, 2(4), 24–31. Retrieved from
 14. Educational Research in Universal Sciences Zahriddinov Ilyosjon Ilhomjon o‘g‘li, Abdulatifova Oydina Nozimjon qizi
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.11177686>