



YURAK QON – TOMIR KASALLIKLARINI DAVOLASHDA ZAYTUN MOYIDAN XALQ TABOBATIDA FOYDALANISH

Ubaydullayeva Shaxlo Berdibayevna,

Sulaymonova Ruxsora Oydin qizi,

Pardayeva Nilufar Tashtemirovna.

o'qituvchilari, Samarqand Abu Ali ibn Sino nomidagi
jamoat salomatligi texnikumi

Annotatsiya:

Ushbu maqolada yurak qon-tomir kasalliklarini davolash bo'yicha zaytun moyidan xalq tabobatida foydalanish haqida fikr mulohozalar keng bayon etilgan.

Kalit so'zlar. Ateroskleroz, miokard infarkti, yurakning ishemik kasalligi, gipertenziya, qon bosimi, antiradical faollik, zaytun, zaytun moyi.

FOLK MEDICINE USE OF OLIVE OIL IN THE TREATMENT OF CARDIOVASCULAR DISEASES

Annotation:

This article provides a comprehensive review of the use of olive oil in folk medicine for the treatment of cardiovascular diseases.

Keywords: Atherosclerosis, myocardial infarction, ischemic heart disease, hypertension, blood pressure, antiradical activity, olives, olive oil.

Yurak-qon tomir kasalliklari zamonaviy jamiyatda keng tarqalgan sog'liq muammolaridan biridir. Bu kasalliklar yurak va qon tomirlarining ishlashini buzadi, natijada jiddiy sog'liq muammolari, hatto o'limga sabab bo'lishi mumkin. Umumiy nazar, tabiiy va xalq tabobatiga ko'proq e'tibor qaratish orqali ushbu kasalliklarni oldini olish va davolashda foydalanuvchilar soni ortmoqda. Zaytun moyi, o'zining ko'plab foydali xossalari bilan, bu jarayonda muhim rol o'ynashi mumkin.



Zaytun moyining tarkibi va foydalari

Zaytun moyi — zaytun mevalaridan ishlab chiqariladi va juda boy vitaminar, minerallar va antioksidantlarga ega. U quyidagi foydali moddalarni o'z ichiga oladi:

1. **Oliviya kislota (oleic acid)** — yurak salomatligini yaxshilashda muhim rol o'ynaydi, xolesterol darajasini normallangan.
2. **Antioksidantlar** — yurak va qon tomirlarini himoya qiladi, yallig'lanishni kamaytiradi.
3. **Vitamin E** — qon tomirlarining sog'lomligini ta'minlashga yordam beradi.
4. **Polifenollar** — yurak-qon tomir tizimining faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi va zararli moddalarni o'z ichiga olgan oksidlanish jarayonlarini kamaytiradi.

Yurak-qon tomir kasalliklari ko'p faktorli etiologiyaga ega bo'lib, uning rivojlanishi uchun turli xavf omillari, jumladan, giperxolesterolemiya, gipertenziya, chekish, diabet, noto'g'ri ovqatlanish, stress va jismoniy harakatsizlik kabilar bilan bog'liq [2].

Ateroskleroz qon – tomir kasalliklaridan biri bo'lib, bu asosiy (katta) tomirlarning torayib, faoliyatining buzilishidir. Noto'g'ri ovqatlanish, harakatsizlik, stressli holatlar ateroskleroz paydo bo'lishiga olib keladi [1].

Ateroskleroz bo'yicha tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bu kasallikning peroksidlar va boshqa moddalarni hosil qilish uchun arterial devor va sarumdagi dietadan olingan lipidlarni o'z ichiga olgan erkin radikal reaksiyalari bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Ushbu birikmalar endotelial hujayra shikastlanishiga olib keladi va arterial devorlarda o'zgarishlarni keltirib chiqaradi [3].

Yurak qon-tomir kasalliklaridan yana biri bu – miokard infarkti bo'lib, u yurak xuruji bilan bog'liq bo'lgan o'ta xavfli kasalliklardan biridir. Ushbu kasallik yurak mushaklariga yurak toj tomirlari orqali qon kam oqib kelishi yoki umuman kelmay qolishi natijasida paydo bo'ladi [1]. Gipertoniya ham yurak qon – tomir kasalliklaridan yana biridir. Bu kasallik yurak qon – tomirlar patologiyasi, arterial bosimning beqaror va abj olib meyoridam oshishi, keyinchalik esa organmorfologik o'zgarishlar bilan kechadigan murakkab birlamchi holatdir [3].

Yurak qon – tomir kasalliklarida bir qator pentoksifillin, aspirin, idrinol, lorista kabi sintetik dori vositalari ishlatiladi. Boshqa sintetik vositalar kabi bu dori vositalarining bir qator nojo'ya ta'sirlari mavjudligi aytiladi. Masalan, pentoksifillin



iste'molida ko'ngil aynishi, qusish, qichishish va bosh aylanishi mumkin[4] , aspirinda oshqozon buzilishi, oshqozon yarasi, oshqozondan qon ketishi, va astmaning yomonlashishi [5], idrinol iste'molida kam hollarda – taxikardiya, arterial bosimni pasayishi yoki oshishi, terini qichishi, toshma, teri qoplamalarining giperemiyasi, lorista iste'molida tez-tez - bosh aylanishi, bosh og'rig'i, uyqusizlik. Xalq tabobatida yurak qon – tomir kasalliklarini davolashda bir qator tabiiy mahsulotlar, jumladan, “Majmui Rahmoniy”, “Alkoman”, “Astosh”, “Shifoibosim”, “Shifo” biologik faol oziq – ovqat qo'shilmalari ishlatiladi. Zaytun ham tarkibidagi olein kislota, linolein kislota, oleuropein, vitamin E hamda turli flavonoidlar mavjudligi tufayli yuqoridagi kasalliklarda foydali ta'sir ko'rsatadi. Erkin radikallarning shikastlovchi xususiyati yurak-qon tomir va yallig'lanish kasalliklari, katarakt va saraton kabi ko'plab surunkali sog'liq muammolarining etiologiyasiga yordam beradi. Antioksidantlar radikallar paydo bo'lishining oldini olish, ularni tozalash yoki ularning parchalanishini rag'batlantirish orqali erkin radikallar keltirib chiqaradigan to'qimalarning shikastlanishini oldini oladi. Erkin radikal deb atom orbitalida juftlashmagan elektronga egabo'lgan mustaqil mavjud bo'la oladigan har qanday molekulyar tur sifatida ta'riflanishi mumkin. Erkin radikallar muhim makromolekulalarga hujum qilib, hujayra shikastlanishiga va gomeostatik buzilishlarga olib keladi.

Oksidlanish stressiga qarshi turishning biologik mexanizmlaridan biri antioksidantlarni ishlab chiqarishdir. Antioksidantlar maqsadli makromolekulaning oksidlanish zararini oldini olish, kamaytirish yoki tiklashga qodir moddalardir. α - tokoferol kuchli peroksil radikallarni tozalash vositasi bo'lib, hujayra membranalarini lipid peroksidatsiyasidan himoya qiladi. Flavonoidlar ko'pchilik o'simliklarda mavjud bo'lgan polifenolik birikmalardir. Flavonoidlarning inson salomatligiga foydali ta'siri asosan ularning kuchli antioksidant faolligidadir. Ular saraton, yurak-qon tomir kasalliklari, artrit, qarish, katarakt, xotirani yo'qotish, insult, Altsgeymer kasalligi, yallig'lanish, infeksiya kabi bir qator surunkali va degenerativ kasalliklarning oldini olish yoki kechiktirishi haqida xabar berilgan.

O'simliklardan olingan preparatlar antiradikallik faolligini aniqlash.

Tabiiy antioksidant sifatida ziravorlar, turli yog'lar, choylar, urug'lar, donalar, kakao qobig'i, meva va sabzavotlar ishlatiladi. Tasdiqlangan askorbin kislotasi,



tokoferollar, karotinoidlar, shuningdek, flavonoidlar (quercetin, kempferol, miritsitin), katexinlar (karnosol, rosmanol, rosamiridifenol) yoki polifenollar va fenolik kislotalar kabi turli individual antioksidantlarni o'z ichiga olgan tabiiy birikmalarning antioksidant faolligi yuqori bo'lgan birikmalar mavjud. Xususan, Euforbiya o'simligidan ajratib olingan preparatlar, zira, kungaboqar yog'idagi rayhon va murch sintetik antioksidant – butiloksitoluoldan kuchliroq, yapon saforasi o'simligidan esa deyarli ikki barobar samarali ekanligi aniqlangan. Shundan kelib chiqqan holda, ushbu ish doirasida 1 ta Zaytun moyi antiradikal faolligi (ARF); (o'simlik nomi) barqaror erkin radikal DFPG (2,2-difenil-1-pikrilgidrazil) ga nisbatan

DFPG usuli. Ushbu ishda ARF ni baholash uchun biz antioksidantlar tomonidan barqaror radikal 2,2-difenil-1-pikrilgidrazil (DFPG) molekulalarini kamaytirish kinetikasini spektrofotometrik o'lchash usulidan foydalandik. Usul antioksidantlarning barqaror xromogen radikali 2,2-difenil-1-pikrilgidrazil (DFPG) bilan o'zaro ta'siriga asoslangan. Sirka kislotasi bilan kislotalangan etanoldagi DFPG (5×10^{-4} M) standart eritmasi ish eritmasini olish uchun 1:10 nisbatda etanol bilan suyultirildi. Olingan eritma 517 nm da 0,9 dan yuqori bo'lmagan optik zichlikka ega bo'lishi kerak. 5 ml DFPG ishchi eritmasiga 50 mkl o'rganilayotgan o'simliklardan olingan ekstraktlar qo'shildi, aralashtirildi va eritmaning optik zichligi pasayish kinetikasi 30 daqiqa davomida 517 nm to'lqin uzunligida qayd etildi.

Ekstraktlarni o'rganishda olingan eksperimental natijalarning tahlili shuni ko'rsatdiki, №1 erkin radikal DFPGga nisbatan eng yuqori ARFga ega. Shunday qilib, o'simliklardan olingan ekstraktlarining antiradikal faolligi o'rganildi. Eng yuqori antiradikal faollik suvda topilgan (Zaytun moyi) ekstrakti va (Zaytun moyi) larning suvli ekstrakti tanlab olingan. Adabiyotlarda dorivor o'simliklar ekstraktining antiradikal faolligi to'g'risida etarli ma'lumotlar mavjud bo'lib, ularning maksimal ta'siri polifenollar va flavonoidlarning eng ko'p miqdorini o'z ichiga olgan ekstraktlarda topilgan. Shunday qilib, keyingi ishlar va ARF mexanizmini yaratish tarkibiy qismlarning (polifenollar, flavonoidlar, taninlar, alkaloidlar va boshqalar) tarkibi uchun ekstraktlarning sifat va miqdoriy tarkibini batafsil o'rganishni talab qiladi.



Foydalanilgan adabiyotlar

1. Аскарлов И.Р. Сирли табобат. "Фан ва технологиялар нашриёт-матбаа уйи" Т. 2021. 1084 б.
2. Lien Ai Pham-Huy, Hua He, Chuong Pham-Huy. Free Radicals, Antioxidants in Disease and Health. // International journal of Biomedical science. Int J Biomed Sci vol. 4 no. 2 June 2008
3. Gmed.uz Gatling Med haqida: Miokard infarkti – kasallik belgilari, diagnostika va davolash
4. Baxodirov.K. Yo'ldoshev.K “ Ichki kasalliklar tashxisi va klinikasi” Toshkent Abu Ali ibn Sino nimidagi tibbiyot nasiryoti. 1996 207 b.
5. Kamolov. N. M. Kuyliyev. M.U. “ Ichki kasalliklar” Toshkent Abu Ali ibn Sino nomidagi nashiryot 1991. 95 b.
6. My.Medic.uz: Miokard infarkti – kasallik belgilari, diagnostika va davolsh
7. Askarov.I.R “Tabobat qomusi” Toshkent Navoiy ko'chasi 69uy. 2019 151 b. 595 b. 1020 b.
8. Ergashev.J Tohirova.J “ Miokard infarktini kelib chiqish sabablari va davolash chora tadbirlari” Iqro jurnali 2023 yil 250 b.