



EKMA SEDANA O'SIMLIGINING DORIVORLIK XUSUSIYATLARI

G.O. Egamova

Samarqand agroinnovatsiyalar va tadqiqotlar instituti magistri

E.E. Isomov

Samarqand agroinnovatsiyalar va tadqiqotlar instituti o'qituvchisi

G. Djumayeva

Samarqand agroinnovatsiyalar va tadqiqotlar instituti o'qituvchisi

eldor_isomov@mail.ru

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10202418>

Anatatsiya: Sedana o'zbek pazandachiligida ham qo'llaniladi, uni non ustiga sepiladi. Non, somsa va boshqa pishiriqlarga sepiladi. Bundan tashqari sedana ziravor sifatida ham ishlatiladi. Bodring, karam, tarvuzlarni tuzlashda undan foydalanish mumkin.

Kalit so'zlar: albumin, ampisilin, bakteriya, virus, gentamisin, gidrokarbonat, yog'lar, zamburug', kotrimokzazol, mikroob, tetraksilin, siyohdona, chernushka.

Mamlakatimizda tibbiyot sohasini rivojlantirish uchun ekologik jihatdan sof va tabiiy bo'lgan dori vositalarin topish, o'rganish va tadbiq qilish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi. Bu haqda O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim tizimini 2030 yilgacha rivojlantirish konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida"gi 2019 yil 8 oktyabrdagi PF-5847-sonli Farmonida belgilab qo'yilgan. Shu maqsadda dorivor o'simliklardan biri bo'lgan shifobaxsh sedana o'simligi xalq tabobatida keng miqyosda qo'llaniladi.

Ekma sedana o'simligi ayiqtovondoshlar (Ranunculaceae) oilasi, sedana (Nigella) turkumga kiradi. Bu turkumga O'zbekistonda ekma sedana (Nigella sativa) turidan tashqari, yovvoyi sedana (Nigella integrifoliya) turi ham o'sadi. Cyedana so'zi arabchada - shuniz, forschada - "siyohdona", ruschada - chernushka posevnaya, lotinchada - Nigella sativa deb ataladi. Sedana o'limdan boshqa barcha xastaliklarga shifo ekanligi haqida Payg'ambarimiz Muhammad alayhissalomdan hadisi sharif rivoyat qilingan.

Yovvoyi sedana (Nigella integrifoliya)) – bir yillik o't o'simlik bo'lib, bo'yi 15-25 sm, Kosachabarglari 5 ta, tojibargsimon ko'rinishda, tojibarglari 5-8 ta, ikki labli. Mevasi kalta, tukli. Aprel may oylarida gullab urug'laydi. Bahorda ekinlar orasida va bo'sh yotgan yerlarda begona o't sifatida o'sadi. Adir va tog' zonasida uchraydi.

Ekma sedana (Nigella sativa) Poyasining uzunligi 20 75 sm, may iyun oylarida gullab urug'laydi. Vohalarda ekiladi, ba'zan yovvoyi holda uchraydi.





Sharq xalqlari sedanadan oqilona foydalanib kelishgan. U ko'pincha kuyadori sifatida ham qo'llanilgan. 1959 yilda, xalqaro universitetlarda sedana o'simligi ustida 200 ta tadqiqot o'tkazilib, qora sedana xususiyatlari to'g'risidagi hayratlanarli xulosalardan iborat maqola va ma'ruazalar ommaviy axborot vositalarida e'lon qilingan. Shunday qilib, 1400 yil oldin Payg'ambar (S.A.V) ning hadislari yana bir marta o'z isbotini topgan.

1989 yil Pokistonda nashr etiladigan tibbiyog jurnalida qora sedaning noyob, tengsiz xususiyatlari to'g'risida maqola nashr etildi. 1992 yil Doxa (Bangladesh) universiteti medisina departamentida qora sedaning antibakterial xususiyatlari beshta kuchli antibiotik: ampisilin, tetraksilin, kotrimokzazol, gentamisin va nalidiks kislota bilan taqqoslab tadqiqot o'tkazildi, qo'lga kiritilgan natijalar, shubhasiz, kishini hayratda qoldiradi, qora sedana yog'i o'zini ko'p bakteriyalardan medisina preparatlariga qattiq qarshilik ko'rsatadigan (ko'pincha xom go'shtda uchratiluvchi v. xolera, ye. koli) bakteriyalardan ham kuchli, ustun va faolligini ko'rsatdi. 1979 yilda doktor Agarval tomonidan o'tkazilgan tadqiqotlar qora sedana yog'i bola emizuvchi onalar sutini sezilarli ko'payishiga sabab bo'lishini ko'rsatdi.

Xalq tabobatida sedaning urug'i va yog'idan foydalaniladi. Tarkibida tana uchun kerakli moddalar, urug'i tarkibida 38% gidrokarbonat, 35% turli yog'lar, 21% albumin (turli oqsillar) bor. Qolgan 6% esa yuzdan ortiq foydali moddalar mavjud.

Inson tanasi yog' ishlab chiqarolmagani uchun uni tashqaridan olishga majbur. Bir gramm sedana insonga zarur kunlik yog' ehtiyojini qondira oladi. Shifokorlar sedanani iste'mol qilish yo'lining eng unumlisi uni ezib yeyish ekanligini ta'kidlashadi. Sedana immunitet tizimini mustahkamlab, rak, OITS kabi kasalliklarga qarshi tavsiya etiladi. Qon bosimi, isitmani tushirishi va tabiiy antibiotik kabi ta'sir kuchlariga ega.

Sedana asab tizimi kasalliklari, ichki yaralar, gijja, ayollardagi og'riqli va anormal hayz sikli, rak kasalliklari, nafas olish yo'llari kasalliklari, ko'ngil aynishi va qayt qilish, bo'yрак va jigar kasalliklari, bosh va tish og'rig'i, shamollash, ko'z xastaliklari, yurak, oshqozon kasalliklariga davo sifatida qo'llaniladi. Organizmni mustahkamlash uchun ovqatdan so'ng 1 choy qoshiq qora yedana (kunlik miqdor, bundan ko'paytirish tavsiya etilmaydi) iste'mol qilinadi.

Sedana o'simligining urug'i juda foydali bo'lib, uni quyidagi shifobaxsh xususiyatlari aniqlangan:

- Qora sedana yog'i soch o'sishini yaxshilaydi va sochlarning erta oqarishini oldini oladi.





- Mikrob, virus va turli zamburug'li mikroorganizmlarga qarshi kurashadi;
- Qondagi shakar miqdorini tushiradi;
- Tanani zaharli moddalardan tozalaydi;
- Turli yaralarni davolashda va hujayralarni yangilanishiga yordam beradi;
- Allergik kasalliklarni davolaydi;
- Immunitet tizimini kuchaytiradi;
- Gormonal tizim va ruh holini sog'lomlashtiradi;
- Bolalardagi asab tizimi, teri, astma va allergiya kasalliklarida tavsiya etiladi;

Qo'llash uslublari: Kasalliklarni oldini olish maqsadida ertalab va kechqurun och qoringa ovqat yeyishdan 15-20 daqiqa oldin 1 choy qoshig'i yangi yanchilgan sedana yeyish kerak. 6 oy mobaynida iste'mol qilish kerak.

Qon bosimi balandligi uchun: nahorda va kechqurun och qoringa ovqatdan 15-20 daqiqa avval 1 choy qoshig'i sedana va qovrilmagan kunjut bilan birgalikda yanchilib yeyiladi. Muolaja 6 oy davom etishi kerak.

Sedana choyi: Bir stakan qaynoq suvga 1 choy qoshig'i yangi yanchilgan sedana solinadi, so'ngra usti yopilib 10 daqiqa tindiriladi. So'ngra suzib olinib ichiladi. Bir kunda 2-3 stakan ichish mumkin.

Astma va yo'talda: Ko'krak qafasi sedana yog'i bilan zaytun yog'i aralashmasi bilan uqalanadi. $\frac{1}{4}$ miqdorini til ostida ushlanadi.

Ich ketishi: 1 choy qoshiq sedana yog'ini bir piyola qatiq bilan aralashtiriladi. Bu aralashmani 3 kun mobaynida kuniga 2 marta iste'mol qilanadi.

Bosh og'rig'i: 1 osh qoshiq yanchilgan qora sedana, 1 osh qoshiq yanchilgan anis, 1 osh qoshiq yanchilgan qalampirmunchoq (gvozdika) Ovqatdan avval 1 choy qoshiqdan iste'mol qilinadi. Qorishmani yutish uchun yengil bo'lgunga qadar og'izda ushlanadi. Suv bilan iste'mol qilmang!

Revmatizm: Biroz miqdorda zaytun bilan aralashtirilgan sedana yog'i qizdiriladi, va og'riq bor joy bu aralashma bilan uqalanadi.

Teri kasalliklarida: 1.5 choy qoshiq sedana yog'i 1 osh qoshiq zaytun yog'i bilan aralashtiriladi. Hosil bo'lgan aralashmani yuzga surib 1 soat terida qoldiriladi.

So'ngra yuvib tashlanadi.

Bosh aylanishi: Sedanali choy ichish tavsiya etiladi. Shuningdek yuz osti va bo'yin orqasiga suriladi.

Quloq og'riganda: Quloq og'riqlarida va yuqumli kasalliklarda qora sedana yog'i quloqqa tomiziladi.





To'lg'oq tutganda: To'lg'oq og'riqlarini yengillatish uchun sedanani qizidirib, so'ngra asal solib ichish tavsiya etiladi.

Rak kasalliklarida: Sedana yog'ini shikast yetgan joyga suriladi. Kuniga 3 marta 1 choy qoshiq sedana yog'i va 1 stakan yangi chiqarilgan sabzi suvi (ichishdan avval chayqating) ichish kerak. Bu ichimlik 3 oy davomida ichiladi.

Xotirani yaxshilash uchun: Yalpizni qaynatib olib va so'ngra uni asal va 7 tomchi sedana yog'i bilan aralashtiriladi. Issiq holatda xohlagan paytingiz ichasiz. Shuningdek choy va kofe ichishni kamaytiring.

Dangasalikka qarshi: 10 tomchi sedana yog'ini bir stakan apelsin soki bilan birgalikda iste'mol qilish tavsiya qilinadi. Sedananing yanchilgan va asal bilan aralashtirilgan aralashmasi buyrak va o't pufagidagi toshlarni eritishda yordam beradi.

Qora sedana soch o'sishini yaxshilab, uning erta oqirishini oldini oladi.

Iste'mol qilish tartibi: Katta yoshli kishilarga: kuniga 1 choy qoshig'i-dan kuniga 2 mahal, ertalab va kechqurun ovqatlanishdan so'ng, har qanday iliq ichimlik bilan.

Bolalarga: yarim choy qoshig'ida kuniga 2 mahal, ovqatlanishdan so'ng, har qanday iliq ichimlik bilan.

Davolanish uchun sedanani o'zini iste'mol qilish kerakmi yoki uning yog'i afzalroqmi, degan savol tug'ilishi mumkin. Sedana yog'i hozirgi vaqtda ikki xil sedanadan olinadi, Saudiya va Efiopiya sedanasi. Sedananing har ikkala turi birdek foydali.

Sedana yog'ining haqiqiy va tozasini tanlash zarur. Ba'zi noinsof sotuvchilar qulay va nopok daromad ketidan quvib, qora sedna yog'iga arzon paxta yoki pista yog'ini qo'shib sotish hollari uchrab turadi. Shuning uchun uni sotib olishda ishonchli sotuvchidan olishga, qo'lbola tarzda emas, fabrikada tayyorlanganiga, upakovkasiga va eng muhimi sovuq (qizdirilmasdan) holda siqib olinganligiga e'tibor berish zarur. Faqat shunday holatdagina sedana yog'i foydali xususiyatlarini saqlab qolganiga ishonch hosil qilish mumkin.

Ogohlantirish Homilador ayollarga va a'zolari (jigar, buyraklar, yurak) transplantasiya qilingan kishilarga qora sedana va sedana yog'i iste'mol qilish man qilinadi, uni iste'mol qilinganda organizm immuniteti ko'tariladi, bu esa jarrohlik yo'li bilan qo'yilgan o'zga a'zolarining begonalashuviga olib kelishi mumkin. Qora sedana va uning yog'ini mutaxassisning maslahatisiz iste'mol qilish yomon oqibatlarga olib kelishi mumkin. Har qanday sedana ham haqiqiy emas. Sedananing zaharli navlari ham o'sadi.





Tavsiyalar: qora sedanani iste'mol qilish nafaqat inson salomatligi va illatlarni davolash uchun juda foydaliligi bilan bir qatorda Payg'ambar Muhammad Sallollohu alayhi vasallamning muhim sunnatlari bo'lgani uchun ham kuniga 1 choy qoshig'ida qora sedana urug'i yoki yog'ini iste'mol qilib turish tavsiya etiladi. Sedana yog'ini mazasini yoqimli qilish uchun apelsin soki yoki toza yogurt bilan ichish mumkin. Shuningdek, uni badanga surtish yoki kompres qilib turishni ham unutmash lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Isomov, E. E. (2023). TURLI SUG 'ORISH SHAROITLARIDA ARTISHOK (CYNARA SCOLYMUS L.) NAVLARI YER USTKI ORGANLARNING O 'SISH VA RIVOJLANISH FAZALARI. Academic research in educational sciences, 4(SamTSAU Conference 1), 569-576.
2. Djumayeva, G. R., & Isomov, E. E. (2023). BUXORO VILOYATIDA O 'STIRILGAN ARTISHOK "VIOLETTO" NAVINING ONTOGENEZI. " XXI ASRDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALAR, FAN VA TA'LIM TARAQQIYOTIDAGI DOLZARB MUAMMOLAR" nomli respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi, 1(9), 83-87.
3. Пратов У.П., Одилов Т.О. Ўзбекистон юксак ўсимликлари оилаларининг замонавий тизими ва ўзбекча номлари. - Тошкент, 1995. - 396.
4. Усмонов, И. С., & Ташпулатов, Й. Ш. (2021). Способы выращивания спаржи (*Asparagus L.*) в условиях слабозасолённых почв Хатирчинского района (Самарканд, Узбекистан). Вестник науки, 3(6-1 (39)), 151-157.
5. Мухаммадиев Ж. Н., Абдусаломов, Ж. Т., Насимов, Х. М., Курбонова, Д. А., & Холмурзаев, Ф. Ф. (2021). Важность Микрокапсул Для Скрытия Вкусов И Запахов Веществ. Central Asian Journal of Medical and Natural Science, 2(6), 336-338.
6. Djumayeva, G. R. (2022). ARTISHOK "CYNARA SCOLYMUS L." NING ONTOGENEZI. Academic research in educational sciences, (Conference), 207-210.
7. Makhammadiev, J. (2020). Mikro kapsulasyonda emulsifiye damlaciklarin korunmasinda kullanicak polimerlerin sentezi (Master's thesis).
8. Tashpulatov, Y. S., Nurniyozov, A. A., Kabulova, F. D., Umurzakova, Z. I., & Dustov, B. S. (2020). Taxonomic Analysis of the Hydrophilic Flora of the Samarkand Region (Uzbekistan).
9. Boboqandov, N. F., & Nomozova, Z. B. (2023). LEONTICE TURKUM TURLARINING BIOEKOLOGIK XUSUSIYATLARI VA AHAMIYATI. Academic research in educational sciences, 4(SamTSAU Conference 1), 679-683.





10. Mahammadiyev, J., Yoqubov, M., & Nurmanova, I. (2023). ZARARKUNANDALAR VA HASHAROTLARGA QARSHI KURASHUVCHI VOSITALARNING MIKROKAPSULLARI. Academic research in educational sciences, 4(SamTSAU Conference 1), 1201-1205.
11. Мустанов С. Значение стручковых культур в обогащении почвы биологическим азотом. Журнал "Сельское хозяйство Узбекистана". Ташкент. 2013;29.
12. Boboqandov, N. F. (2023). DOMINANT O'SIMLIK TURLARIDA TURLI FASLLARDA VA TURLI YAYLOV INTENSIVLIGIDA PROEKTIV QOPLAM KO'RSATKICHLARINING O'ZGARISHI (JANUBIY QIZILQUM). Academic research in educational sciences, 4(SamTSAU Conference 1), 877-882.
13. Мустанов, С., & Умурзакова, У. (2019). Влияние схемы посадки на образование генеративных органов нута в условиях Узбекистана. In СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ, ТРАДИЦИИ И ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАЗВИТИИ АПК (pp. 174-177).
14. Рахмонов, В. Н. (2022). ПРИМЕНЕНИЕ РЯСКИ В ОЧИСТКЕ СТОЧНЫХ ВОД СКОТОВОДЧЕСКИХ ФЕРМ САМАРКАНДСКОЙ ОБЛАСТИ. Вестник науки, 4(4 (49)), 171-175.
15. Рахмонов, В. Н. (2023). МАИШИЙ ВА САНОАТ ОҚОВА СУВЛАРИНИ БИОЛОГИК ТОЗАЛАШДА КАРОЛИНА АЗОЛАСИ (AZOLLA CAROLINIANA WILLD.) ВА КИЧИК РЯСКА (LEMNA MINOR L.) ЎСИМЛИКЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШ. Academic research in educational sciences, 4(SamTSAU Conference 1), 897-900.
16. Isomov, E. (2023). ARTISHOK "CYNARA SCOLYMUS L." NAVLARNING ONTOGENEZI. Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences, 2(5), 5-7.

