

ANOR PO'STLIG'INING SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI

Ziyodullayeva Sevinch Qodir qizi, Fayziyeva Gulsanam Muhiddin qizi

Samarqand davlat tibbiyot universiteti Davolash ishi fakulteti talabasi

Xudoyqulov Jamoliddin Inomovich

Samarqand davlat tibbiyot universiteti tibbiy kimyo kafedrası asistenti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15302030>

Annotatsiya: Ushbu maqola anor po'stlog'ining keng ko'lamli shifobaxsh xususiyatlarini tahlil qiladi. Anor po'stida mavjud bo'lgan pelterin, kaliy, magniy, temir kabi mikroelementlar va antioksidantlar uning dorivorlik jihatlarini belgilaydi. Qadimiy tabobatda, jumladan Gippokrat davrida ham anor po'stining quritilgan shakli jarohatlar va yaralarni davolashda ishlatilgan. Maqolada anor po'stidan tayyorlanadigan turli xil damlama, qaynatma va kukun shaklidagi vositalarning ichak kasalliklari (dizenteriya, salmonellyoz, qorin tifi) me'da va ichak yaralari, disbakterioz, gijja, bavirus, shuningdek, og'iz bo'shlig'i kasalliklari, tish og'rig'i, yo'tal, soch to'kilishi va husnbuzarlarni davolashdagi foydasi keng yoritilgan. Uyqu sifatini yaxshilash, immunitetni oshirish, tanani toksinlardan tozalash va yoshartirishda anor po'stining ahamiyati alohida ta'kidlangan. Spirtidagi damlama va ko'k choy bilan aralashtirilgan choy, shuningdek asal qo'shilgan qaynatma shakllarida iste'mol qilish orqali ham kasalliklarning oldini olish va davolash mumkinligi isbotlangan. Shuningdek, maqolada anor po'stining nojo'ya ta'sirlari deyarli yo'qligi, lekin uni me'yoridan ortiq iste'mol qilish yoki ba'zi dori vositalari bilan birga qabul qilishda ehtiyot bo'lish zarurligi eslatib o'tilgan. Ushbu maqola anor po'stlog'idan xalq tabobatida samarali foydalanish yo'llarini ilmiy va amaliy nuqtai nazardan yoritadi.

Kalit so'zlar: Anor po'stlog'i, shifobaxsh xususiyatlari, tabiiy davolash vositasi, antibakterial ta'siri, ichak kasalliklari, yaralar, tindirma, an'anaviy tabobat, og'iz bo'shlig'i gigiyenasi, qorin tifi.

ЦЕЛЕБНЫЕ СВОЙСТВА КОЖУРЫ ГРАНАТА

Аннотация: В статье анализируются разнообразные целебные свойства кожуры граната. Содержащиеся в кожуре граната микроэлементы и антиоксиданты, такие как пелтерин, калий, магний и железо, определяют его лечебные свойства. В древней медицине, в том числе во времена Гиппократы, сушеную кожуру граната использовали для лечения ран и язв. В статье подробно рассматривается польза различных настоек, отваров и порошков из кожуры граната при лечении кишечных заболеваний (дизентерии, сальмонеллеза, брюшного тифа), язвы желудка и кишечника, дисбактериоза, глистов, геморроя, а также заболеваний полости рта, зубной боли, кашля, выпадения волос, угревой сыпи. Подчеркивается важность кожуры граната для улучшения качества сна, повышения иммунитета, очищения организма от токсинов и его омоложения. Доказано, что болезни можно предупредить и вылечить, употребляя его в виде спиртовой настойки и чая в смеси с зеленым чаем, а также отвара с медом. В статье также упоминается, что кожура граната практически не имеет побочных эффектов, однако следует соблюдать осторожность при ее чрезмерном употреблении или одновременном приеме с некоторыми лекарствами. В статье рассматривается эффективное использование кожуры граната в народной медицине с научной и практической точки зрения.

Ключевые слова: Кожура граната, лечебные свойства, натуральное средство, антибактериальное действие, кишечные заболевания, язвы, настойка, народная медицина, гигиена полости рта, брюшной тиф.

HEALING PROPERTIES OF POMEGRANATE PEEL

Abstract: This article analyzes the wide range of healing properties of pomegranate peel. The microelements and antioxidants such as pelterin, potassium, magnesium, iron contained in pomegranate peel determine its medicinal properties. In ancient medicine, including during the time of Hippocrates, the dried form of pomegranate peel was used to treat wounds and ulcers. The article extensively discusses the benefits of various tinctures, decoctions and powders prepared from pomegranate peel in the treatment of intestinal diseases (dysentery, salmonellosis, typhoid fever), stomach and intestinal ulcers, dysbacteriosis, worms, hemorrhoids, as well as oral diseases, toothache, cough, hair loss and acne. The importance of pomegranate peel in improving sleep quality, increasing immunity, cleansing the body of toxins and rejuvenating it is emphasized. It has been proven that diseases can be prevented and treated by consuming it in the form of an alcohol tincture and tea mixed with green tea, as well as a decoction with honey. The article also mentions that pomegranate peel has almost no side effects, but caution should be exercised when consuming it in excess or taking it with certain medications. This article discusses the effective use of pomegranate peel in folk medicine from a scientific and practical perspective.

Keywords: Pomegranate peel, medicinal properties, natural remedy, antibacterial effect, intestinal diseases, wounds, tincture, traditional medicine, oral hygiene, typhoid fever.

KIRISH

Anor po'sti organizmni zaharlovchi ko'plab bakteriyalar hamda infeksiyalarni davolashda universal vositadir. Po'stlog'ining tindirmasi bilan qisqa muddatda (5-7 kunda) ichak yaralari, dizenteriya, disbakterioz, salmonelloz, gijja, vabo, qorin tifi va boshqa ko'plab kasalliklarni davolash mumkin. Anorning po'sti tarkibida bo'yovchi moddalar, kaliy, kaltsiy, magniy, temir, xrom, bor va boshqa makro hamda mikroelementlar mavjud. Anorning po'sti, ildizi va shoxlarida pelterin moddasi borligi uni boshqa o'simlik hamda mevalardan farqlaydi. Ma'lum bo'lishicha, Gippokrat quritilgan anor po'stlog'i tindirmasi bilan kesilgan va chopilgan jarohlarni davolagan. Ya'ni yara ustiga toza paxtali matoga anor tindirmasi shimdirib bosilgan to jarohat tuzalguncha bu latta ho'llab, qo'yib turilgan. Quritilgan anor po'chog'ini ko'k choy bilan birga choynakka solib qaynoq suv bilan damlang.

ASOSIY QISM

Anorning shifobaxsh xususiyatlari: Anor o'simligining meva, po'stlog'i, urug'i va bargi kabi turli qismlari shifobaxsh xususiyatlari Hindiston muqobil tibbiyot tizimi Ayurvedada keng keltirilgan. O'simlik kislotalilik ortganda, lovullash hissi, tomoq va ayollarning reproduktiv muammolari hamda boshqa kasalliklarda samarali ekanligi ta'kidlab o'tilgan. Bundan tashqari, u qonni tozalash, burishtiruvchi, gemostatik va diabetga qarshi vosita sifatida ishlatiladi. Hind shifokorlari dispepsiyaga qarshi ba'zi dori-darmonlarda mevalarining yangi sharbatini sovituvchi va muzlatuvchi aralashmalarining tarkibiy qismi sifatida ishlatishadi. Shuningdek, ular mevaning po'stlog'i va gullari, chinniguli, dolchin, koriandr, qalampir va boshqalarni aromatik moddalari bilan birgalikda diareyada ichakni burishtiruvchi vosita sifatida foydalanadilar. Urug'lari oshqozon, etli qismi esa yurak va oshqozon kasalliklarida ishlatiladi. Arablar o'simlikning eng burishtiruvchi qismi sifatida ildiz po'stlog'ini tasmasimon chuvalchanglarga qarshi mukammal o'ziga xos xususiyati sifatida tavsiya qilishadi. 60 gramm yangi po'stlog'i yarim litr suvga solinib hajmi to'rt dan uch qismi qolguncha qaynatilishi natijasida qaynatma olinadi. Shu qaynatma sovitilgandan so'ng to'liq qolmagunga qadar, har yarim soatda 60ml dan ichish mumkin. Bu doza ba'zan ko'ngilni behuzur qiladi, lekin kamdan-kam hollardagina qurti yo'q qila olmaydi hamda

tez orada o'tib ketadi. Anor qobig'i ko'knori va aromatik o'simliklar qatoriga kiruvchi qalampirmunchiq bilan birgalikda surunkali dizenteriya hamda diareya uchun foydali dori hisoblanadi. Po'stlog'ining qaynatmasi keyingi surgi xususiyatga ega antigelmint vosita sifatida ishlatildi. Tarkibida tanin borligi sababli po'stlog'i, barglari, pishmagan mevalari va meva qobig'ining ekstraktlari diareya, dizenteriya va qon ketishni to'xtatish uchun burishtiruvchi vosita sifatida berilgan. Quritilgan va maydalangan gul kurtaklari bronxit uchun vosita sifatida ishlatiladi.

Meksikada og'iz bo'shlig'i va tomoq yallig'lanishini yengillashtirish uchun gullarining qaynatmasi chayqaladi. Barglari, urug'lari, ildizlari va po'stlog'i biotajribalarda gipotenziv, antispazmolitik va antigelmint faollikni ko'rsatgan. Poya va ildizlarning quritilgan po'stlog'i uzoq vaqtlardan beri antigelmint vosita sifatida ishlatib kelingan. Po'stlog'i va mevalari boshqa preparatlar bilan birgalikda ilon chaqishini va po'stlog'i chayon chaqishi davolash uchun ham ishlatiladi.

Shifobaxshligi: Anor po'sti shu bois yaxshilab, S vitaminining manbaidir. Modda almashinuvini barcha turdagi qon ketishlari va o'tkir shakldagi bavo sirni davolashga yordam beradi. 8 g quritilgan po'stloq kukuniga (1 choy qoshiq) kerakli miqdorda xona haroratidagi suv qo'shib pasta shakliga keltiriladi. ertalab va kechqurun qabul qilinadi. Maydalab kukun holiga keltirilgan anor po'stini suvda aralashtirib yo'talda tomoq yuvilsa, tomoq qichishishini yaxshi qiladi. Shuningdek, anor po'stining quritib, kukunini achchiq tosh bilan 8x1 nisbatda aralashtirib, dumaloq tabletka shakliga keltirib, yetarlicha suv qo'shing va quyuq pasta hosil qiling. Undan kuniga 3 mahal 1 tadan qabul qiling. Bu tabletkalarni yo'talda shimib yurish yaxshi foyda beradi. Bolani yo'tal qiynasa, oddiy quritilgan anor po'stini og'zida ushlab tursa kifoya, yo'tal to'xtaydi.

Anor po'sti ekstrakti soch to'kilishi va qazg'oqning oldini olishda ham samarali vositadir. Po'stloqning maydalangan atirgul suvi bilan aralashtirilsa, husnbuzar va boshqa yuzdagi toshmalarda foydali, shuningdek, organizmni yoshartiradi. Anor po'sti yuz terisiga ham foydalidir. Agar yuzingiz o'ta yog'li, husnbuzarlarga to'la va notekis bo'lsa, anor po'stini zaytun yog'iga chala qovurib, biroz soviting va iliq holatda yuzingizga surting. Niqobni 5-10 daqiqa ushlagach, iliq suvda chaying. Agar anor po'sti kukuniga zanjabil, zira va ko'k choy solib damlansa, ichak buzilishida yaxshi foyda beradi.



1-rasm. Anor po'stlog'ining sog'liqqa foydalari

Buyrak va jigarni tozalaydi, zararkunandalardan xalos qiladi. Buning uchun 1 choy qoshiq anor po'sti kukunini 1stakan suvda qaynatib, 5 daqiqa tindirib asal qo'shib ichiladi. Suvli tindirmasini tayyorlash uchun anor po'sti va suvdan 1:20 nisbatda solib aralashtiriladi. Qizdirilgan suvga 10 g anor po'sti solib og'zi yopiq idishda qaynash darajasiga yetkaziladi. Qaynamasidan olovdan olinadi va birpas tindirib ichiladi. Anor po'chog'i qaynatilgan suv bilan og'iz chayqasangiz, tish og'rig'i, milk yallig'lanishi va shamollashidan xalos etadi. Chunki unda og'iz bo'shlig'idagi bakteriya va viruslarga qarshi kurashish xususiyati mavjud.

Har qanday kasallikni birga yengamiz: Shifobaxsh anor po'stlog'ini tayyorlash ko'p kasalliklar uchun bir xil, faqat uni qabul qilish turlicha. Masalan, o'tkir ko'richak, vabo, ichak tayoqchasi, dizenteriya kabi kasalliklarda bu ichimlikdan yarim stakan ichiladi. Qaynatma dokadan o'kazilmaydi. Ichilgandan qolgan qismini ham bemor yonida qo'yib yotadi. Agar ich ketganda bu vositadan ichib, 10 daqiqadan keyin shifo topsangiz, bu oddiy ichak buzilishiekan. Demak, bemalol ko'chaga chiqishingiz yoki ishga borishingiz mumkin.

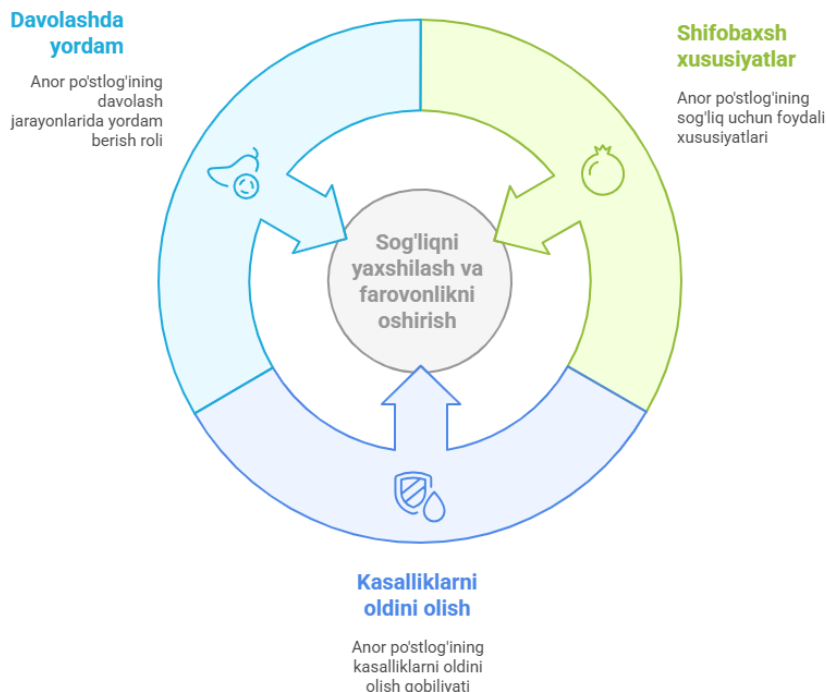
Boshqa ich ketishi sizni bezovta qilmaydi. Agar 10 daqiqada o'zingizni yaxshi his qilmasangiz, sizda qorin tifi, dizenteriya, salmonellioz yoki boshqa xastaliklar bo'lishi mumkin. Bunda uyda qolib, yana anor po'sti tindirmasidan ichishni davom ettirishingiz kerak. Davolash jarayoni yana 3 soat davom etadi. Sog'ayish davolash boshlangandan so'ng 5 kun ichida sodir bo'ladi.

Anor po'sti organizmni zaharlovchi ko'plab bakteriyalar hamda infeksiyalarni davolashda universal vositadir. Oshqozon va ichak yarasi, disbakterioz, kolit 1 haftada tuzalishi uchun anorning quritilgan po'sti qaynatmasini 25-30 daqiqa tindirib ichiladi. Bunda bir ichishda 25-30 ml kunora qabul qilinadi. Bu bir hafta ichida tuzalishga yordam beradi. Ushbu vosita yordamida davolanganda zararli bakteriyalar nobud bo'ladi, ammo foydali bakteriyalar omon qoladi. Unutmang, anor po'sti yordamida davolanish aqtida umuman spirtli ichimlik ichish mumkin emas. Anor donlari orasidagi yupqa pardasi qadimdan churrani va turli saraton o'smalarini davolashda qo'llanilgan.

Anor po'sti bo'lakchalarini suvda qaynatib og'iz chayilsa, milklar qonashini davolaydi, ularni mustahkamlashda foyda beradi. Bakteriyali ichak kasalliklarida anorning yupqa qavati qaynatmasi bilan huqna qilinsa, yo'g'on ichakdan shilimshiq kelishini davolaydi. Qadimiy manbalarda anor po'stining salbiy ta'siri haqida yozilmagan. Po'stloq tarkibini klinik o'rganish natijalari uning umumiy holatni yaxshilashda, og'riq sindromini yo'qotishda, ishtahani ochishda, ichni qotirishda samarali davo bo'lishini tasdiqladi. Uning tindirmasidan har kuni 75 g dan ichish me'da-ichak tizimi a'zolari kasalliklarini davolashga yordam beradi. Bunda 1 yilgacha 300 mg dan kuniga 4 mahal ichish kerak. Po'stloqning preparatlari, ya'ni qaynatmasi ko'p hayz kelganda, qon tupurishda, og'iz bo'shlig'i kasalliklarida foydalidir. Bu qaynatmani tayyorlash uchun 1 l suvga 1 osh qoshiq quritilgan anor po'stidan solib qaynatiladi. So'ng olovdan olib, termosga quyiladi va 2 soat tindiriladi. Ovqatdan oldin 50-100 ml dan ichiladi. Bu vosita teridagi kuygan va boshqa jarohatlarni bitkazadi.

Spirtdagi tindirmasi: Anor po'stlog'ining spirtdagi tindirmasi ham bir gator kasalliklarda ishlatiladi. Bu vositani tayyorlash uchun 1 dona anorning po'sti maydalanib, 100 ml 40foizlik spirtida tindirib qo'yiladi. 1 hafta turgach, 1:1 nisbatda glitserin qo'shiladi. Hosil bo'lgan surtma jarohatga surtilsa, tez tuzaladi. Teri kuyganda uni avval 1:5 nisbatda suv qo'shilgan anor sharbati bilan chayilib, suv qo'shib ustiga kukun holiday anor po'sti sepiladi. Anor po'stidan malham tayyorlab, gripp, shamollash hamda tumovni davolash mumkin. Buning uchun anor, eman, majnuntol po'stlog'i kukuni damlamasi bilan kuniga 5-6 marta og'iz g'arg'ara qilinadi. Bu

mikrob va viruslarga qarshi suyuqlikni tayyorlash uchun yig'madan 1osh qoshig'i 1 stakan qaynoq suvda damlanadi. 4 soat tindirib qo'yiladi. Keyin stakaning uchdan biri miqdorida kuniga 3-4 marta ichiladi. Davolash muddati 7-10 kun. Anor po'stlog'i bilan davolash hech qanday nojo'ya ta'sirga olib kelmaydi. Ammo anor po'stlog'idan tayyorlangan tabiiy vositani antigistamin preparatlar bilan bir aqtda qabul qilish va ko'rsatilgan dozasidan ko'p ichish mumkin emas.



2-rasm. Anor po'stlog'ining sog'liq uchun foydalari

XULOSA

Anor po'stlog'i qadimdan tabobatda keng qo'llanilgan, tabiiy va samarali shifobaxsh vosita hisoblanadi. U ichak va oshqozon kasalliklari, dizenteriya, salmonellyoz, disbakterioz, qorin tifi, gijja, yo'tal, tomoq og'rig'i, tish og'rig'i, milk yallig'lanishi kabi ko'plab xastaliklarni davolashda yordam beradi. Shuningdek, teri muammolari – husnbuzar, toshmalar, soch to'kilishi, qazg'oq kabi holatlarda ham foydalidir. Tarkibida pelterin, kaliy, kalsiy, temir, magniy va boshqa foydali moddalar mavjud bo'lib, ular organizmni mustahkamlaydi, immunitetni oshiradi, moddalar almashinuvini yaxshilaydi. Anor po'stlog'i nafaqat ichki, balki tashqi qo'llashda ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Uning qaynatmasi yoki tindirmasi yallig'lanishga qarshi, antiseptik xususiyatga ega bo'lib, yaralarni tez bitkazadi, og'riqni kamaytiradi.

Doimiy foydalanish organizmni tozalaydi, yoshartiradi va sog'lomlashtiradi. Biroq, uni me'yorida ishlatish spirtli ichimliklar bilan aralashtirmaslik, shuningdek, dorilar bilan birga qabul qilmaslik tavsiya etiladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Inomovich X. J. Et Al. Fermentlarning Tibbiyotdagi Ahamiyati Va Ularning Qo'llanilishi //Лучшие Интеллектуальные Исследования. – 2025. – Т. 38. – №. 1. – С. 285-291.
2. Mamatkulov S., Jamolova N., Khudoykulov J. The Use Of Activated Mercury In Medicine //Евразийский Журнал Медицинских И Естественных Наук. – 2024. – №. 2. – С. 108-111.
3. Мурадова Д. И Др. Спиртларнинг Аммиак Билан Цианлаш Реакциясининг Термодинамикаси //Журнал Естественных Наук. – 2022. – Т. 2. – №. 1. – С. 75-76.

4. Inomovich X. J. Et Al. Sun'iy Oqsil Ozuqa Moddalarini Ishlab Chiqarilishi Va Kelgusidagi Imkoniyatlar //Лучшие Интеллектуальные Исследования. – 2025. – Т. 38. – №. 1. – С. 292-298.
5. Kamol O'g'li D. I., Inom O'g'li X. J. Zaytun Moyi Guruh Tarkibini Yupqa Qavat Xromatografiyasi Usulida O'rganish //Modern Education And Development. – 2024. – №. 2. – С. 76-79.
6. Худойкулов Ж. И., Зиёева М. З., Мавлонова Х. И. Использование И Значение Лекарственных Препаратов В Организации //International Journal Of Recently Scientific Researcher's Theory. – 2024. – Т. 2. – №. 3. – С. 154-159.
7. Икромов Ш. А., Худойкулов Ж. И. Электрохимическое Лечение И Методы Диагностики //Research Focus. – 2024. – Т. 3. – №. 11. – С. 146-150.
8. Амирова П. Ж., Худойкулов Ж. Естественные И Синтетические Наркотики: Польза И Вред //Research Focus. – 2025. – Т. 4. – №. 1. – С. 148-152.
9. Холмуродова Д. К., Исломов Л. Б., Худойкулов Ж. И. Эффективное Использование Сырья //Ijodkor O'qituvchi. – 2023. – Т. 3. – №. 33. – С. 277-281.
10. 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.
11. Mamirzayev M. A., Tuychiev S. A. Verifying The Functionality Laws Of Mesoporous Carbon //Uzbek Chemical Journal/O'zbekiston Kimyo Jurnal. – 2023. – №. 6.
12. Sovetov K. T., Abdujabborova S. Z. Change In Kinetic Parameters A-And B-Adrenoresceptors Of Lymphocytes And Platelets In Patients With Acute Myocardial Infarction //Journal Of Science, Research And Teaching. – 2024. – Т. 3. – №. 2. – С. 4-6.
13. Asatullo O'g'li T. D. Criteria And Factors Of Teaching Biochemistry On The Basis Of An Integrative Approach In Higher Medical Education Institutions //International Scientific And Current Research Conferences. – 2024. – С. 3-6.
14. Asatullo O'g'li T. D. Model Of Professional Knowledge And Skills Development Of Students In Biochemistry In Medical Higher Education Institutions //Current Research Journal Of Pedagogics. – 2024. – Т. 5. – №. 05. – С. 23-27.
15. Toshmurodov D. Talabalarining Biokimyo Fanidan Kasbiy Bilimlarini Rivojlantirish Modeli //News Of The Nuuz. – 2024. – Т. 1. – №. 1.5. 2. – С. 190-192.