



ARPABODIYON VA UNING INSON ORGANIZMIGA TA'SIRI

Muzaffarova Mohinur Umarovna

Andijon davlat pedagogika instituti

Tabiiy fanlar fakulteti kimyo yo'nalishi talabasi

Mamajonova O'g'iloy

Andijon davlat pedagogika instituti

Annotatsiya: Arpabodiyon ko'plab oziq moddalarni o'z ichiga oladi. Bir piyola arpabodiyon C vitamini uchun kunlik qiymatning taxminan 14% ni ta'minlaydi. Shu bilan birga arpabodiyon kaliy K va magniyga Mg ga boy hisoblanadi va yurak-qon tomir tizimining sog'ligini yaxshilaydi. Arpabodiyonga anetol birikmasi o'ziga xos xid taratib turishini ta'minlaydi.

Kalit so'zlar: diareya, fenilpropanoid, (GK-MC), triterpenoid, irritable ichak sindromi, epilepsiya.

Ko'pgina hollarda talabalar tomonidan chiziqli oddiy differensial tenglamalarni yechishda bir qator muammolarga duch kelinadi. Asosan bu qiyinchiliklar oddiy differensial tenglamani yechishda o'zgarmsdan (o'zgarmsni funsiya deb olib) hosila olib, u yordamida asosiy misolni yechishda kuzatiladi. Shu munosabat bilan maqolada bu mavzuni kengroq va soddaroq yoritishga harakat qilindi.

Arpabodiyon keng tarqalgan va ziravor sifatida foydalaniladi. Uning urug'ini gidrodistillash yo'li bilan olingan efir moyining kimyoviy tarkibi gaz xromotografiya mass spektrometriyasi (GK-MC) usulida tahlil qilinib 28 ta komponentga ega ekanligi aniqlangan. Arpabodiyonning mevasi tarkibida 3,2%, ba'zan 6% gacha efir moyi va 28% gacha boshqa moylar bor. Efir moyi tarkibida 90% gacha anetol bo'ladi. Arpabodiyonda oziq moddalardan 12% xun tolasi, 2% uglevod, 2% oqsil, 2% kaloriya, vitaminlardan 20% S vitamini, 7% foliy kislotasi, 3% A vitamini, 3% niatsin minerallardan esa 12% Ka, 10% Mn, 5% Ca, 5% P, 4% Fe, 4% Mg bor. Mevasi va efir moyidan tayyorlangan preparatlar balg'am ko'chiruvchi sifatida qo'llaniladi. Ildiz, barg yoki meva bo'lsin, arpabodiyon qimmatbaho birikmalar xazinasini hisoblanadi. Masalan, oddiy rezene mevasi ekstraktida anetol, monoterpen va fenollarning aromatik esteri (flavonoid kaempferol, skopoletin va diatsetil), shuningdek triterpenoidlar (α -amirin; steroidlar: b-sitosterol, stigmasterol) va



fenilpropanoidlar mavjud. Bundan tashqari, unda rosmarinik kislota mavjud. Tarkibidagi asosiy komponentlar 68,53% **transanetol** va 10,42% **estragoldir**. Arpabodiyon tarkibida 1-3 % uchuvchi yog', taxminan 50-60 % anetol mavjud va yana pinen, fellandren, dipenten, fenhol, kamfen, limonen, fenikulum, anisaldegid va anis kislota kabi birikmalar mavjuddir.

Arpabodiyon qadimgi mavsumiy o't hisoblanib, O'rta yer Janubida paydo bo'lgan. Tabiiylashtirish va yetishtirish orqali Shimoliy, Sharqiy va G'arbiy yarimsharlarda, asosan, Osiyo Shimoliy Amerika va Yevropada yovvoyi holda o'sadi. Uni faqat yovvoyi holda emas, balki dalalarda dehqonlar tomonidan yetishtirilgan holatda ham uchratishimiz mumkin. Arpabodiyon tarkibida Ka kaliy va Mg magniy elementlarini saqlovchi, antioksidant ta'sirga ega ziravor hisoblanadi. Yana ovqat hazm qilishda va teri shikastlanishida davolovchi ta'sirga xam ega hisoblanadi.

Arpabodiyon pazandachilikda xam o'zini ko'rsatishga ulgurgan, ya'ni u shirin -achchiq ta'mi bilan va C vitaminining asosiy manbaasi sifatida salatlar va ovqatlarga ajoyib lazzat beradi. Arpabodiyon urug'lari terimizga turli xil vitaminlar beradi, bu esa bizga yoshroq ko'rinishimizga yordam beradi. Arpabodiyon choyini har kuni iste'mol qilgan kishining terisi beg'ubor va porloq bo'ladi, chunki u, aknelar bilan kurashadi.

Arpabodiyon o'simlik qo'shimchasi bo'lib, kolik va dispeptik kasalliklar bilan og'rikan chaqaloqlar va emizikli bolalarni davolashda, hazm jarayonini yaxshilashda, yuqori nafas yo'llarini infeksiyalarini, yo'tal va tomoq og'rig'ini davolashda ishlatish xam samara beradi. Arpabodiyon ozuqa moddalarining so'rilishini yaxshilaydi, ich qotishi, diareya va irritabiy ichak sindromi (IBS) kabi holatlarning oldini oladi. Shu bilan birga tanani tinchlantiradi, yallig'lanishni kamaytiradi va tana haroratini tushirish xususiyatiga xan egadir. Arpabodiyon 78 xil dori bilan o'rtacha darajada o'zaro ta'sirga ega. Uning yengil o'zaro ta'siri quyidagilarni o'z ichiga oladi;

- ✧ Qarilik
- ✧ Siprofloksatsin
- ✧ Danshen

Ko'p foydaga ega arpabodiyon agar noto'g'ri qo'llanilsa foyda emas ziyon keltirishi aniq. Uning yon ta'sirlari quyidagilarni o'z ichiga oladi;

- ✧ Ko'krak qafasidagi og'riq



- ✧ Ko'ngil aynishi
- ✧ Qusish
- ✧ Toshmalar toshishi
- ✧ Terining qichishi yoki shishishi

Shu sababli foydalanishdan oldin albatta shifokor bilan maslaxatlashish zarur. Arpabodiyondan foydalanishda istisno holatlar xam mavjud. Ular quyidagilar;

- ✧ Homiladorlar va bolalar uchun arpabodiyonning o'zidan emas asalidan foydalangan ma'qul
- ✧ Epilepsiya va tutqanoq kasalligi borlar uchun xam mumkin emas
- ✧ Emizikli onalar uchun sutni ko'paytirishi isbotlangan ,lekin bunda albatta shifokor bilan maslaxatlashish shart.

Tabobatda arpabodiyon damlamasi ishtaxa ochuvchi, chanqoq bosuvchi va yengil surgi dori sifatida ishlatiladi. Damlama tayyorlash uchun qopqoqli idishga 1 stakan qaynab turgan suv quyib ustiga maydalangan arpabodiyonning mevasidan 1 choy qoshiq solinadi va 1 soat damlab qo'yiladi. So'ngra dokada suzib olinadi. Damlama ovqatdan 30 daqiqa oldin 2 osh qoshiq miqdorida ichiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. A. K Hasanovna, "Arpabodiyon o'simligiga biologik tavsifi"
2. Abduraimov O.C., Narhadjayeva A., Maxmudov A.B., Mamatqulova I.E "O'zbekiston florasidagi madaniy o'simliklar yovvoyi ajdodlarining ozuqabop turlari"
3. Jo'rayeva M.A. "Dorivor o'simliklar atlas" O'quv qo'llanma Toshkent Noshir nashriyoti. 2019 - yil
4. <https://uz.healthy-food-near-me.com/calories-fennel-seeds-chemical-composition-and-nutritional-value/>