

## SUT QUSHQO‘NMASI (SÍLYBUM MARIANUM) NING DORIVORLIK XUSUSIYATLARI

**Xalmuratov M.A.**, b.f.n. **Sodiqova D.G.** o‘qituvchi, **Hakimova S.H.**, magistr.  
Denov tadbirkorlik va pedagogika instituti

**Annotatsiya.** Bu maqolada sut qushqo‘nmasi o‘simligining tuzilishi, kimyoviy tarkibi, dorivorlik xususiyatlari, farmasevtikada ishlab chiqariladigan preparatlari haqida ma’lumot berilgan.

**Kalit so‘zlar:** sistematik tasnif, turkum, tur, agressiv, flavonoidlar, flavonolignanlar, diabet, prolaktin gormoni, alkaloidlar, saponinlar.

## ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА РАСТОРОПШИ (SÍLYBUM MARIANUM)

**Халмуратов М.А.**, к.б.н., **Садыкова Д.Г.** учительница,  
**Хакимова С.Х.**, магистр.

Деновский институт предпринимательства и педагогики

**Аннотация.** В этой статье представлена информация о структуре, химическом составе, лечебных свойствах растения расторопши, лекарственных препаратах, выпускаемых в фармацевтике.

**Ключевые слова:** Систематическая классификация, род, вид, агрессивный, флавоноиды, флавонолигнаны, диабет, гормон пролактин, алкалоиды, сапонины.

## MEDICINAL PROPERTIES OF MILK THISTLE (SÍLYBUM MARIANUM)

**Halmuratov M.A.**, C. of b.s, **Sadikova D.G.** teacher, **Khakimova S.X.**, magister.  
**Denov Institute of Entrepreneurship and Pedagogy**

**Annotation.** This article provides information about the structure, chemical composition, medicinal properties of the milk thistle plant, medicines manufactured in pharmaceuticals.

**Keywords:** Systematic classification, genus, species, aggressive, flavonoids, flavonolignans, diabetes, prolactin hormone, alkaloids, saponins.

Kirish. Sut qushqoʻnmasi (lat. *Silybum marianum*) hayotiy shakliga koʻra oʻt oʻsimlik, rus tilida *Marianum* qushqunmas nomi bilan yuritilib quyidagi sistematik tasnifga oiddir.

Olam: Oʻsimliklar

Boʻlim: Angiospermlar

Sinfi: Ikki pallali

Oila: Asteraceae

Turkum: Qushqoʻnmasi

Turi: Sut qushqoʻnmasi

Bu oʻsimlik haqida dastlabki ilmiy manbalarni biolog O. V. Tomning “Flora von Deutschland” kitobidan botanika illyustratsiyasi, Österreich und der Schweiz, 1885 yilgi asarida uchratish mumkin. *Silybum marianum* bir yillik (ekishda) yoki ikki yillik tikanli oʻsimlik boʻlib balandligi 1-1,5 m. etadi. Poyasi oddiy yoki shoxlangan, tuksiz.

Barglari poyada navbatma-navbat joylashgan, ellipssimon, pinnatsimon boʻlakli yoki pinnatsimon kesilgan, hajmi ancha yirik boʻlib (uzunligi 80 sm gacha) bargning chetida va quyi qismida joylashgan tomirlar boʻylab sargʻish tikanllari va oq dogʻlar bor. Barg plastinkasi yorqin yashil tusli boʻladi.

Gullar binafsha, pushti yoki oq rangga ega boʻlib, tashqi tomondan tikanli yashil barglar bilan qoplangan. Gullar ketma-ket oʻramdan iborat katta bitta sharsimon savatlarda yigʻilgan. Gul toʻshagi goʻshtli, tuklar bilan qoplangan. Barcha gullar ikki jinsli, quvurli. Iyul-avgust oylarida gullaydi.

Mevasi turli koʻrinishdagi donlardan iborat.

Sut qushqoʻnmasining vatani Oʻrta er dengizi (Misr, Isroil, Turkiya, Italiya, Gretsiya, Frantsiya), Bolqon (Bolgariya, Albaniya, sobiq Yugoslaviya) mamlakatlari va Iberiya yarim orolida (Ispaniya va Portugaliya). Butun dunyoda (Gʻarbiy va Sharqiy Yevropa, Britaniya orollari, Janubiy va Markaziy Afrika, Shimoliy va Janubiy Amerika, Azor orollari), Oʻrta Osiyoda keng tarqalgan. Rossiyaning Yevropa qismining janubiy hududlarida (shu jumladan Kavkazda) va Gʻarbiy Sibirning janubida begona oʻt sifatida uchraydi. Koʻpincha yovvoyi oʻtlar bilan qoplamlar hosil qilib yovvoyi holda oʻsadi; baʼzan bogʻlarda maʼlum hududlarda dorivor xom ashyo uchun etishtiriladi. Juda agressiv oʻt boʻlib juda tez tarqaladi.

Kimyoviy tarkibi ancha boy boʻlib, asosiy faol moddalar flavonoidlar va flavonolignanlar (silibinin[en], silicristin[en], silimarin) mavjud. Bundan tashqari, tarkibida alkaloidlar, saponinlar, yogʻlar (25% gacha), oqsillar, K vitamini, qatronlar, shilliq, tiramin, gistamin, shuningdek, makro va mikroelementlar mavjud.

*Silybum marianum*dan asal shirali oʻsimlik sifatida ham keng foydalaniladi. Pazandachilikda uning turli qismlaridan damlama va boshqa koʻrinishda hamda

parhez ovqatlanishda ishlatiladi. O'simlikning ildizlarini xomligicha, shuningdek qaynatilgan yoki qovurilgan holda iste'mol qilish mumkin. O'simlik tarkibidagi achchiqlikni yo'qotish uchun yosh kurtaklar va barglarni bir kecha namlash tavsiya etiladi, so'ngra salatlarga qo'shiladi yoki ismaloq kabi qaynatilib istemol qilinadi. Gulli savatlarini artishok kabi iste'mol qilish yoki quritish, maydalash va ziravor sifatida ovqatga qo'shish mumkin.

Dorixonalardan o'simlik mevalaridan bo'tqa, salat, sendvich, kokteyllarga qo'shilishi yoki oddiygina kukun shaklida (iste'mol qilinadigan kukun (ovqat)) sotib olish mumkin. Bundan tashqari bu o'simlikdan choy sifatida foydalanish mumkin. Profilaktik maqsadlarda, odatda, o'simlikning maydalangan ildizlari yoki urug'lari ishlatiladi. Sotuvda choy paketlarini ko'plab uchratish mumkin.

Tibbiyotda asosan urug'idan presslanib sut qushqo'nmas yog'i, sut qushqo'nmasi uni, sut qushqo'nmasining spirtli va suvli ekstraktlari iahlatiladi. Bundan tashqari sut qushqo'nmas mevalari asosidagi o'simlik choyi va sut qushqo'nmasi siropidan keng ko'lamda fodalaniadi.

Dorivor xom ashyo sifatida sut qushqo'nmasining etuk mevalari ishlatiladi. O'rim-yig'im davrida o'simlikning tepa qismini o'rish, quritish va maydalash yo'li bilan amalga oshiriladi. Mevalar quritgichlarda quritiladi va aralashmalardan tozalanadi.

Sut qushqo'nmasining preparatlari safro ishlab chiqarishni yaxshilaydi va gepatoprotektiv ta'sirga ega. Jigar kasalliklarini (gepatit, siroz, toksik lezyonlar), taloq, o't toshlari, sariqlik, surunkali yo'tal va boshqa kasalliklarni davolash uchun ishlatiladi. Dorivor damlamalarni qabul qilishda ma'lum talab va me'yorlarga rioya qilish zarur. Haddan tashqari iste'mol qilish qichishish, ko'ngil aynishi, qorin og'rig'i, bosh og'rig'i va teri toshmasi kabi nojo'ya ta'sirlarga olib kelishi mumkin. Ishlab chiqarilgan "Bonjigar", "Silibor", "Legalon", "Karsil", "Gepabene", "Zdravushka", "Gepasil" preparatlari tarkibida flavonoidlar va flavonolignanlar yig'indisi mavjud.

Qandli diabet uchun: Sut qushqo'nmas tarkibidagi birikmalardan biri diabetga qarshi ba'zi dori-darmonlarga o'xshash ta'sir ko'rsatib, insulin sezgirligini oshirishga va qon shakar darajasini pasaytirishga yordam beradi. O'simlik shuningdek, antioksidant va yallig'lanishga qarshi ta'siri tufayli foydali bo'lib, buyrak etishmovchiligi va kasallikdan kelib chiqadigan boshqa asoratlar xavfini kamaytiradi.

Sut qushqo'nmasi insonning immunitetini oshirishga yordam beradi. Bu organizmga infeksiyaga qarshi kurashishda yordam beradi va immunitet tizimidan kelib chiqqan surunkali yallig'lanishni kamaytiradi. Shuningdek, sut qushqo'nmasi immunomodulyator ta'sirga ega. Bundan tashqari, astma va allergik rinit kabi holatlar bilan bog'liq surunkali yallig'lanishni bostirishda faol qatnashadi.

Sut qushqo‘nmasining muhim ta’sirlaridan yana biri shundaki, u emizikli onalarda ko‘krak suti ishlab chiqarilishini ko‘payishiga yordam beradi. Bu sut ishlab chiqaruvchi prolaktin gormonini ko‘proq ishlab chiqarilishi bilan bog‘liq.

Demak Silybum marianum o‘simligi o‘simliklar olamida ma’lum qoplamlar tarkibida muhim ahamiyat kasb etishi bilan birga inson sog‘ligini saqlashda juda qadrlidir.

### FODALANILGAN ADABIYOTLAR

1.Баева В. М. *Расторопши семена — Sylibi semen // Лечение растениями: Основы фитотерапии (учеб. пособ. для студ. медиков и практикующих врачей).* — М.: Астрель; АСТ, 2004. — С. 115—116. — 202 с. — 5100 экз. — [ISBN 5-17-023217-9](#).

2.Блинова К. Ф. и др. [Ботанико-фармакогностический словарь: Справ. пособие / Под ред. К. Ф. Блиновой, Г. П. Яковлева.](#) — М.: Высш. шк., 1990. — С. 229. — [ISBN 5-06-000085-0](#).

3.Rambaldi A., Jacobs B. P., Gluud C. [Milk thistle for alcoholic and/or hepatitis B or C virus liver diseases.](#) (англ.) // *The Cochrane database of systematic reviews.* — 2007.

4.[Способы приготовления чая из расторопши.](#) Дата обращения: 14 октября 2014. [Архивировано 20 октября 2014 года.](#)

[Перейти обратно: Способы применения расторопши при диетическом питании](#) [Архивная копия](#) от 19 октября 2014 на [Wayback Machine](#) (англ.)

[Рецепт каши из расторопши](#) [Архивная копия](#) от 20 октября 2014 на [Wayback Machine](#) (англ.)

5.М.А.Халмуратов, М.К.Намройева, Д. Г'. Содиқова, Ф. Сафарова.,(Тоҷикистон), А.А.Ергашев “*Botanika tadqiqot usullari fani bo‘yicha o‘quv qo‘llanma*”, 2023 y.