



DORIVOR QOQIO'T (TARAXACUM OFFICINALE) O'SIMLIGINING
DORIVOR XUSUSIYATLARI VA ULARDAN OQILONA FOYDALANISH

Ismailova Nozima

Guliston davlat universiteti, Doktorant (DcS)

Qo'chqarova Iroda

Guliston davlat universiteti, 4-bosqich talabasi

Kuchkarovairoda6@gmail.com

Annotatsiya. Ushbu maqolada dorivor qoqio't (*Taraxacum officinale*) o'simligining biologik xususiyatlari, tarqalish hududlari, kimyoviy tarkibi hamda dorivorlik ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, o'simlikning xalq tabobati va zamonaviy tibbiyotda qo'llanilish yo'nalishlari, undan damlama, qaynatma va boshqa shakllarda foydalanish usullari haqida ma'lumot berilgan.

Kalit so'zlar: *Dorivor qoqio't, Taraxacum officinale, dorivor o'simlik, inulin, flavonoid, ildiz, damlama, qaynatma, lateks.*

Аннотация: В данном тезисе освещаются биологические особенности, ареал распространения, химический состав и лечебное значение растения одуванчик (*Taraxacum officinale*). Также приведены сведения о применении данного растения в народной и современной медицине, а также о способах его использования в виде настоев, отваров и других форм.

Ключевые слова: *Одуванчик, Taraxacum officinale, лекарственное растение, инулин, флавоноид, корень, настой, отвар, латекс.*

Abstract: *This thesis highlights the biological characteristics, distribution areas, chemical composition, and medicinal significance of the dandelion plant (*Taraxacum officinale*). In addition, information is provided on the use of this plant in traditional medicine and modern healthcare, as well as methods of its application in the form of infusions, decoctions, and other preparations.*

Keywords: *Dandelion, Taraxacum officinale, medicinal plant, inulin, flavonoid, root, infusion, decoction, latex.*

Kirish: Hozirgi davrda dorivor o'simliklardan foydalanish tibbiyot va farmatsiya sohasida muhim ahamiyat kasb etmoqda. Jahon miqyosida o'simlik xomashyolari asosida tayyorlanadigan biologik faol moddalar va tabiiy preparatlarga bo'lgan talab yildan-yilga oshib bormoqda. Dorivor o'simliklar tarkibida inson organizmi uchun foydali bo'lgan vitaminlar, mineral moddalar, flavonoidlar, glikozidlar, efir moylari va boshqa biologik faol komponentlar mavjud bo'lib, ular turli kasalliklarni davolashda yordam beradi [11].

O'simliklardan tayyorlangan preparatlar ko'plab hollarda tabiiyligi, organizmga yumshoq ta'sir ko'rsatishi hamda uzoq muddat qo'llash imkoniyati bilan ajralib turadi. Shu sababli an'anaviy tabobat bilan bir qatorda zamonaviy tibbiyotda ham dorivor o'simliklarni ilmiy





o'rganish va ularning xususiyatlarini amaliyotga tatbiq etish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi [6].

Shunday dorivor o'simliklardan biri — dorivor qoqio't (*Taraxacum officinale*) bo'lib, u ko'p yillik o'simlik sifatida keng tarqalgan va xalq tabobatida qadimdan ishlatib kelinadi. Ushbu o'simlikning ildizi, bargi va guli turli kasalliklarda, xususan, ovqat hazm qilish tizimi, jigar va o't yo'llari bilan bog'liq muammolarni davolashda samarali vosita sifatida qo'llanilgan [7].

Dorivor qoqio't ning dorivor ahamiyati uning kimyoviy tarkibi bilan bevosita bog'liq bo'lib, o'simlik tarkibida inulin, fenolik birikmalar, flavonoidlar hamda boshqa biologik faol moddalar mavjudligi ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan [5]. Bundan tashqari, o'simlikning ildiz qismi zamonaviy farmatsevtika sanoatida ham xomashyo sifatida qiziqish uyg'otmoqda va rasmiy tibbiyot tomonidan baholangan [10]. Shu sababli dorivor qoqio't o'simligini biologik va dorivor jihatdan o'rganish, uning foydali xususiyatlarini ilmiy asosda tahlil qilish hamda undan oqilona foydalanish yo'llarini yoritish dolzarb hisoblanadi [1].

O'simlikning sistematikasi va biologik tavsifi. Dorivor qoqio't (*Taraxacum officinale*) — Asteraceae oilasiga mansub bo'lgan, balandligi odatda 10–30 sm atrofida bo'ladigan ko'p yillik o't o'simlikdir. Uning ildizi yo'g'on, tik o'suvchi, o'q ildiz shaklida bo'lib, kam shoxlanadi. Barglari yerga yaqin joylashib, rozet hosil qiladi, barg uzunligi 10–25 sm, eni esa 1,5–5 sm ni tashkil etadi. Poyasi bargsiz, ichi bo'sh va silliq bo'lib, bir nechta gul bandlarini hosil qiladi. Gullari sariq rangli, tilsimon, ikki jinsli tuzilishga ega. O'simlikning barcha qismlarida oq rangli sutli shira yani lateks uchraydi. Mevasi och qo'ng'ir rangdagi pistacha bo'lib, uning yuqori qismida popuksimon tukchalar joylashgan. Dorivor qoqio't asosan mart–iyun oylarida gullaydi, ayrim hollarda esa yoz faslida yana qayta gullashi mumkin [2].

T.officinale dunyoning ko'plab mintaqalarida uchraydigan o'simlik hisoblanadi. U asosan mo'tadil iqlimli hududlarda keng tarqalgan bo'lib, yo'l chetlari, yaylovlar, bog'lar va dalalarda tabiiy holda o'sadi. Dorivor qoqio't o'sishi uchun tuproqning unumdorligi katta ahamiyatga ega bo'lmasa ham, namlik va quyosh nuri yetarli bo'lgan joylarda tez rivojlanadi [5]. Ushbu o'simlik O'zbekiston hududida ham ko'p uchraydi va xalq tabobatida turli maqsadlarda ishlatiladi. Dorivor qoqio't ning keng tarqalganligi uni dorivor xomashyo sifatida yetishtirish imkoniyatini oshiradi [1]. Dorivor qoqio't ning poyasi qisqa, barglari esa chuqur tishli bo'lib, yer yuzasiga yaqin holda o'sadi. Mevasi urug'li yong'oqcha bo'lib, shamol orqali tarqalish xususiyatiga ega. O'simlikning vegetativ va generativ organlari uning ekologik moslashuvchanligini oshiradi, shu sababli u turli sharoitlarda o'sishi mumkin [2].

Dorivor qoqio'tning dorivor ahamiyati uning kimyoviy tarkibiga bog'liq bo'lib, o'simlikning turli qismlarida biologik faol moddalarning to'planishi kuzatiladi. Tadqiqotlarga ko'ra, dorivor qoqio't ildizida ko'p miqdorda inulin mavjud bo'lib, u prebiotik modda sifatida ichak mikroflorasini yaxshilashda muhim rol o'ynaydi [5]. Barg va



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'UYALAR



gullarida esa flavonoidlar, fenolik birikmalar, karotinoidlar hamda vitaminlar uchraydi. Ushbu moddalar antioksidant ta'sir ko'rsatib, organizmni zararli erkin radikallardan himoya qilishda yordam beradi [6]. Dorivor qoqio't tarkibida shuningdek kaliy, temir, magniy kabi mineral elementlar ham mavjudligi qayd etilgan [3]. O'simlikning sutli shirasida (lateks) biologik faol komponentlar bo'lib, ular yallig'lanishga qarshi va mikroblarga qarshi xususiyatga ega bo'lishi mumkin [4].

Dorivor qoqio't xalq tabobatida asosan siydik haydovchi, o't haydovchi hamda ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilovchi vosita sifatida qo'llanib kelinadi. U organizmdagi toksinlarni chiqarishga yordam berishi, jigar faoliyatini qo'llab-quvvatlashi va metabolizmni yaxshilashi mumkinligi haqida ilmiy manbalarda ma'lumotlar berilgan [7]. Zamonaviy ilmiy izlanishlar dorivor qoqio'tning antioksidant va yallig'lanishga qarshi xususiyatlarini tasdiqlagan. Uning tarkibidagi fenolik moddalar va flavonoidlar organizmda immun tizimini mustahkamlashda foydali ta'sir ko'rsatishi mumkin [6]. Ayrim tadqiqotlarda dorivor qoqio't ekstraktlarining jigar hujayralarini himoya qilish xususiyati ham ko'rsatib o'tilgan [7].

Dorivor qoqio't ning yer ustki qismi va ildizidan xalq tabobatida damlama va qaynatma tayyorlanadi. Ildizidan tayyorlangan qaynatma ovqat hazm qilish jarayonini yaxshilash, o't ajralishini faollashtirish hamda ishtahani ochishda qo'llanadi [1]. Barglaridan tayyorlangan damlama esa organizmni vitaminlar bilan boyitish, qon tarkibini yaxshilash va umumiy quvvat berish uchun ishlatiladi [2]. Shuningdek, dorivor qoqio't oziq-ovqat sanoatida ham ishlatilishi mumkin. Uning barglari salatlarga qo'shiladi, ildizi esa quritilib, ayrim hollarda qahva o'rnini bosuvchi mahsulot sifatida qo'llanadi [5]. Bunday foydalanish o'simlikning nafaqat dorivor, balki oziqaviy qiymatini ham oshiradi [11].

Bugungi kunda dorivor qoqio't ning biologik faol moddalari asosida turli ekstraktlar va fitopreparatlar ishlab chiqarish bo'yicha ilmiy izlanishlar davom etmoqda. Ayniqsa, uning antioksidant va yallig'lanishga qarshi xususiyatlari farmakologik jihatdan muhim hisoblanadi [6]. Dorivor qoqio't ning shifobaxsh xususiyatlari uning kelajakda yangi tabiiy dori vositalari yaratishda istiqbolli manba bo'lishi mumkinligini ko'rsatadi [5].

XULOSA

Dorivor qoqio't (*Taraxacum officinale*) murakkabguldooshlar oilasiga mansub, keng tarqalgan ko'p yillik dorivor o'simlik hisoblanadi. Uning biologik xususiyatlari va ekologik moslashuvchanligi sababli turli hududlarda o'sishi mumkin. O'simlikning ildizi, bargi va gullari inulin, flavonoidlar, fenolik birikmalar hamda mineral elementlarga boy bo'lib, bu uning dorivorlik ahamiyatini oshiradi. Dorivor qoqio't xalq tabobatida siydik haydovchi, o't haydovchi, ovqat hazm qilishni yaxshilovchi hamda immunitetni mustahkamlovchi vosita sifatida keng qo'llanadi. Zamonaviy tibbiyotda esa uning antioksidant va yallig'lanishga qarshi ta'siri ilmiy jihatdan tasdiqlanib, farmatsevtika sanoati uchun istiqbolli xomashyo sifatida baholanmoqda. Shunday qilib, dorivor qoqio't o'simligidan oqilona foydalanish, uni ilmiy asosda o'rganish va farmakologik tadqiqotlarni davom ettirish kelajakda tabiiy dori vositalari yaratishda muhim ahamiyat kasb etadi.



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIIY TAFAKKUR VA INNOVATSION G'OYALAR



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Norboyeva Z., Eshakarayev S. Dorivor qoqio't o'simligining dorivor xususiyatlari va undan oqilona foydalanish // "Tibbiyot oliygohlarida tabiiy fanlarni interfaol usullarda o'qitishning muammolari va yechimlari" to'plami. — 2025. — B. 400–404.
2. Iminova G.B.Q. Qoqio't (*Taraxacum officinale*) o'simligining sistematikasi, morfologiyasi, anatomiyasi va dorivorlik xususiyatlari // "Yangi O'zbekiston, yangi tadqiqotlar" jurnali. — 2026. — 4(1). — B. 130–134.
3. Van Wyk B.-E., Wink M. Medicinal Plants of the World: An Illustrated Scientific Guide to Important Medicinal Plants and Their Uses. — Briza Publications, 2004.
4. Dongare P.N., Kadu T.B., Pohane A.L. Review on Pharmacognosy, phytochemistry and pharmacological activity of *Taraxacum officinale* // World Journal of Advanced Research and Reviews. — 2021. — 12(02). — P. 212–218.
5. Fan M., Zhang X., Song H., Zhang Y. Dandelion (*Taraxacum* Genus): A Review of Chemical Constituents and Pharmacological Effects // *Molecules*. — 2023. — 28(13). — 5022.
6. Amin M.R. et al. A comprehensive review of the benefits of *Taraxacum officinale* on human health // *Bulletin of the National Research Centre*. — 2021.
7. Singh A., Malhotra S., Subban R. Dandelion (*Taraxacum officinale*) — Hepatoprotective Herb with Therapeutic Potential // *Pharmacognosy Reviews*. — 2008. — 2(3). — P. 163–167.
8. Erdem M., Özaslan M. *Taraxacum officinale*: Traditional and Experimental Biological Activities // *Zeugma Biological Science*. — 2025. — P. 37–60.
9. Sulaymonova N., Tokhtaboyev N.X., Tukhtaboyeva F.M. *Taraxacum officinale* L. Importance of the plant in folk medicine and medical use // *Modern American Journal of Medical and Health Sciences*. — 2025. — 1(8). — P. 74–79.
10. European Medicines Agency (EMA). Assessment report on *Taraxacum officinale* F.H. Wigg., radix. — EMA/HMPC/475727/2020. — URL: <https://www.ema.europa.eu> (murojaat sanasi: 10.02.2026).
11. World Health Organization (WHO). WHO Monographs on Selected Medicinal Plants. — Geneva, 2020.
12. Chinese Pharmacopoeia. *Taraxacum officinale* monograph. — Beijing, 2020.