

ASHVAGANDHA O‘SIMLIGINING FARMAKOLOGIK AHAMIYATI VA
QO‘LLANILISHI

Fayzullayeva Ma’suma Zuboydulla qizi

*Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Biotexnologiya, va farmatsiya fakultetining
4-bosqich talabasi*

Tel: +998 94 094 09 52; E-mail: masumafayzullayeva0@gmail.com

Husanova Farangiz O‘tkir qizi

*Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Biotexnologiya, injenering va farmatsiya
fakultetining 1-bosqich talabasi*

Tel: +998 77 196 09 02; E-mail: farangizhusanova54@gmail.com

Ilmiy rahbar: Oltiboyeva Mavsuma G‘ulom qizi

*Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Farmatsiya ishini tashkil qilish kafedrasida asssenti
Samarqand, O‘zbekiston*

Dolzarbli: Ashvagandhaning bugungi kunda farmasevtika, fitoterapiya va sog‘liqni saqlash sohasida juda dolzarb hisoblanadi. Chunki bugungi kunda insonlar va zamonaviy jamiyat orasida uyqusizlik, stress, doimiy havotir va boshqa ruhiy kasalliklar rivojlanib bormoqda. Bunda esa tabiiy foydali mahsulotlardan foydalanishni keng targ‘ib qilishni kengaytirish. Umuman olganda butun tibbiyot sohasida yashil farmasevtikani, atrof-muhitga zarar yetkazmaydigan dori ishlab chiqarish usullarini izlash. Davolash vositalarining biologik parchalanishi va chiqindilarni kamaytirish.

Tadqiqotning maqsadi: Ashvagandhaning foydali xususiyatlarini churuq o‘rganib hayotga tadbiiq etish yo‘llarini ko‘paytirish.

Usul va uslublar: Kuzatish, o‘rganish, sintez va analiz

Kalit so‘zlar: antiinflammator, revmatizm, artrit, osteoartrit, antitumor, saraton, immunomodulyator, depressiya, Parkinson, alzgeymir, neyrodegenerativ, antidepressant, flavonoidlar, yurak-qon tomir kasalliklari

Natijalar: Ashvagandha (*Withania somnifera*)-kartoshkadoshlar oilasi (*Solanaceae*) ga kiradi. Hayotiy shakli yarim buta, ko‘p yillik, ammo ba’zi hududlarda bir yillik sifatida ham o‘stiriladi. Balandligi odatda 35-75 sm, ba’zida 1,5 metr ga yetadi. Ildizi kuchli, yo‘g‘on, sarg‘ish yoki och jigarrang, xushbo‘y xidga ega-bu hid aynan “Ashva”-ot so‘zida kelib chiqqan ya’ni o‘dek kuch beruvchi. Barglari oddiy, qarama-qarshi joylashgan, tuxumsimon, uchi o‘tkir, chetlari butun, rangi och yashil yoki yashil, uzunligi odatda 5-10 sm, barg yuzasi yumshoq va uncha yaltiroq emas. Gullari yakka-yakka yoki guruh holida, rangi yashil-sariq, quvursimon, gullash davri tropik va subtropik hududlarda odatda iyul-

sentabr oylarida gullaydi. Mevasi dumaloq shakldagi rezavor meva. Rangi dastlab yashil, pishganda yorqin qizil bo'ladi. Ichida juda ko'p urug'chalar mavjud. Meva yupqa qobiq bilan o'ralgan va u quruq qandil bilan qoplangan bo'ladi. Asosan Hindiston, Pokiston, Nepal, Eron va Shimoliy Afrikada tabiiy holda o'sadi. Hozirda AQSH va boshqa davlatlarda ham sun'iy yetishtirilmogda. Kimyoviy tarkibida ham muhim va faol bo'lgan bir qancha kimyoviy moddalar ham bor. Bulardan anti-inflamator yallig'lanishga qarshi revmatizm, artrit, osteoartrit kabi kasalliklar, antitumor saraton hujayralariga qarshi ko'krak, yo'g'on ichak va prostate saratoni bo'yicha izlanishlar bor, immunomodulyatorlar immunitetni tartibga soladi. Alkaloidlar anaferin, kuskogidrin, tropin va boshqalar. Bular orasida sedavit tinchlantiruvchi, asabiylik, xavotir, uyqusizlik. Asab tizimini mustahkamlovchi depressiya, stress, tashvish sindromlari, antidepressant xususiyatga ega neyrodegenerativ kasalliklar Parkinson, alzgeymir boshqichlarida yordamchi hisoblanadi. Sitoindozidlar A,B,C,D energiyani oshiradi, charchoqni kamaytiradi, miya faoliyatini kuchaytiradi, kognitiv buzilishlar xotira va e'tibor pasayishida juda foydalidir. Flavonoidlar esa yurak-qon tomir kasalliklari, qon aylanish bilan bog'liq muammolar, terining qarishiga qarshi jarayonini sekinlashtiradi(anti-aging). Sitoindozid VII va VIII qand miqdorini tushiruvchi II tur diabetda ayniqsa foydali. Endokrin buzilishlar gormon disbalansi, qalqonsimon bez faoliyati buzilishlarida foydalaniladi. Qo'llanilishi kattalar va bolalarda farz qiladi. Kattalarda depressiya, jinsiy zaiflik, uyqusizlik, kortizol balandligini pasaytirishda foydalaniladi. Bolalarda konsentratsiya va immunitetni oshirishda, faqat shifokor tavsiyasi bilan iste'mol qiliniladi. Ilmiy yutuqlari esa klinika oldi tadqiqotlar Ashvagandha adaptogen sifatida ishonchli ekanini ko'rsatgan.COVID-19 dan keyingi chachoq sindromida qo'llash bo'yicha istiqbolli natijalar bor.

Xulosa: Ashvagandha bugungi kunda zamonaviy farmakologiyada muhim o'rin egallab bormoqda. Uning tabiiyligi, kam yon ta'siri va keng ta'siri doirasida uni dunyo bo'ylab keng qo'llaniladigan o'simlikka aylantirgan.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Singh, N., Bhalla, M., Jager, P. D., & Gilca, M. (2011). An overview on Ashwagandha: A Rasayana (rejuvenator) of Ayurveda. African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines.
2. Chandrasekhar, K., Kapoor, J., & Anishetty, S. (2012). A prospective, randomized double-blind, placebo-controlled study of safety and efficacy of a high-concentration full-spectrum extract of Ashwagandha root in reducing stress and anxiety in adults. Indian Journal of Psychological Medicine.

3. Tandon, N., & Yadav, S. S. (2020). Contributions of Indian Council of Medical Research (ICMR) in the area of Medicinal Plants/Traditional Medicine. *The Indian Journal of Medical Research*.

4. WHO Monographs on Selected Medicinal Plants. World Health Organization.

5. Mishra, L. C., Singh, B. B., & Dagenais, S. (2000). Scientific basis for the therapeutic use of *Withania somnifera* (Ashwagandha): A review. *Alternative Medicine Review*.