

DORIVOR MOYCHECHAK O‘SIMLIGI TAVSIFI VA YETISHTIRISH TEKNOLOGIYASI

Yo‘lchiyev Sherzodbek Oybek o‘g‘li

Farg‘ona davlat universiteti talabasi

Annotatsiya: *Ushbu maqolada dorivor moychechak o‘simligining umumiy tasnifi yoritib berilgan. Dorivor moychechak o‘simligining dorivorligi va yetishtirish agrotexnologiyasi haqida malumotlar keltirilgan.*

Kalit so‘zlar: *dorivor moychechak, tibbiyotda ishlatilishi, ko‘rsatmalar, biologik tavsif, yetishtirish agrotexnologiyasi.*

Matricaria chamomilla (sinonimi: Matricaria recutita), odatda romashka nemis moychechagi, venger moychechagi (kamilla), yovvoyi romashka, ko‘k moychechak yoki xushbo‘y mayvi o‘ti deb ataladi. Asteraceae oilasiga mansub o‘simlik. Moychechak asosan oshqozon-ichak kasalliklari uchun ishlatilishi bilan mashhur. Matricaria chamomilla — janubiy va sharqiy Yevropadan kelib chiqqan Asteraceae oilasining a‘zosi. Bugungi kunda o‘simlikni barcha qit‘alarda topish mumkin. U shoxlangan, tik va silliq poyaga ega bo‘lib, balandligi 15–60 cm gacha yetadi. Uzun qator barglari uchburchakdir. Gullari ro‘vak to‘pgullarda (kapitulada) joylashgan. Gullari yozning boshidan o‘rtalarida gullaydi va kuchli, xushbo‘y hidga ega. Gullar tarkibida ko‘k rangli efir moyi mavjud bo‘lib, u o‘ziga xos hidni beradi. Yog‘ tarkibidagi chamazulen bilan bog‘liq bo‘lgan bu rang xususiyati o‘simlik nima uchun Moviy romashka umumiy nomi bilan ham tanilganligini tushuntiradi. Mevasi sarg‘ish-jigarrang rangga ega. Moychechak o‘simligi bir qator davolovchi xususiyatlarni o‘zida jamuljam etadi. Uning gullari B guruhi vitaminlari, A provitamin, C vitamin, ko‘pgina organik kislotalar va boshqa biologik faol elementlar mavjud. Moychechakni turli joylarda bobuni, bobunaj, kaztaban, uqxuvon, amorakun, farsaniyun, lukansimum deb ham ataladi. Moychechakning bo‘yi 15–60 sm keladigan bir yillik o‘ziga xos o‘tkir xidli guldir. Gulbandi tarkibida 0.8% gacha efir moylari bo‘lgani bois ular may-avgust oylarida terib olinadi va xalq tabobati hamda an‘anaviy tibbiyotda turli muolajalar uchun ishlatiladi. Poyasi bir yoki bir nechta, tik yoki ko‘tarilib o‘sadi, tepa qismidagi shoxlangan, xidli. Barglari ikki karra patsimon qirqilgan. Savatchasi geterogom, oq tilsimon urug‘chi gullardan iborat. Savatchasining diametri 4–8 mm, yarim sharsimon bo‘lib, o‘rama barglar bilan o‘raglan. Savatcha chetidagi oq tilsimon gullari 12–18 ta bo‘ladi. O‘rtadagi gullari sariq, ikki jinsli, naychasimon, gulkosachasi bo‘lmaydi, gultoji besh tishli, changchilari 5ta bo‘lib mevasi qo‘ng‘ir-yashil tusda. Iyun-iyul oylarida gullab urug‘laydi. Savatchada to‘plangan gullari tarkibida 0.2–0.8% efir moyi va boshqa moddalar bo‘ladi. Efir moyi ko‘k suyuqlik bo‘lib tarkibida 1.64–8.99% xamazulen, 20% gacha seskviterpen spirtlari, kadinen, trisiklik spirt, bisobolen va uning oksidlari, kaprin, nonil, izoverrian kislotalar hamda terpen va seskviterpenlar bor. Efir moyi tarkibidagi seskviterpenlarning umumiy miqdori 50% gacha bo‘ladi. Xamazulen efir moyining asosiy ta‘sir etuvchi qismi hisoblanadi.

Shifobaxsh xususiyatga ega bo‘lgan moychechak (romashka) o‘simligi teri va uyqu holatini me‘yorlashtirish xususiyatiga egaligi hamda boshqa noyob dorivorlik xususiyatlari bilan ajralib turadi. Tomoq yallig‘lanishi va shamollashda ham moychechak damlamasi yaxshi yordam berishi hech kimga sir emas. Quyida moychechakning shifobaxsh xususiyatlari haqida batafsil bilib olamiz. Siz

moychechakning qanday shifobaxsh xususiyatlarga egaligi va undan qanday qilib foydalanish usullarini ham bilib olishingiz mumkin.

Moychechak damlamasi asablarni tinchlantirishda koni foyda. Ishdan so‘ng, albatta bir finjon ushbu damlamadan ichish, maroqli dam olishda samara beradi. Bu damlamani kattalar va bolalar ham iste‘mol qilishlari mumkin. Uyquning me‘yoriy bo‘lishi uchun moychechak(romashka),lavanda(havorang yoki binafsha rangli xushbo‘y yashil o‘simlik),melissaning gullari foydalidir. Bu o‘simliklardan 10 gr.dan olib aralashtiring va (200 ml) qaynoq suv soling hamda 15 daqiqadan so‘ng iste‘mol qiling. Shunda asablaringiz dam olgani va tinchlanganini his qilasz.

Bundan tashqari, bosh og‘rig‘ini bartaraf qilish hamda asablarni tinchlantirish maqsadida, moychechak efir moylaridan aromaterapiya uchun foydalanish mumkin.

Tomoq og‘rishi yoki shamollashning oldini olish hamda ularni bartaraf etishda moychechak damlamasi bilan tomoqni chayish samarali hisoblanadi. Buning uchun quritilgan romashka gullaridan 4 osh qoshig‘ini olib, yarim litr suvga solib, 45 daqiqa davomida dam beriladi. Va suzib olinadi-da, og‘iz sohasi shu damlama bilan kuniga 4-5 mahal g‘ar-g‘ara qilinadi.

Moychechak me‘daga kuch beradi, uning og‘rig‘ini qoldiradi. Moychechakdan yana surunkali gastritlarda, xoletsistitda, o‘t yo‘llari diskineziyasida, surunkali gepatitlarda foydalaniladi.

Gulida yiringlashning oldini oluvchi quvvat bor. Masalan, oshqozon yarasida, shivit (ukrop) urug‘i, bo‘yimodaron (tisyachelistnik), dalachoy (zveroboy) o‘tlari, moychechak (romashka) gullaridan teng miqdorda olinadi. Yig‘ma aralashtirilib, 1 oshqoshig‘i 200 ml qaynoq suvga solinib, 20 daqiqa damlanadi. Suziladi va 2 oshqoshiqdan kuniga 3 mahal taomdan oldin ichilsa, yallig‘lanish jarayonining bartaraf bo‘lishida yaxshi samara beradi.

Hamda qorin dam bo‘lishini yengillatishda ham moychechak, limon o‘ti, o‘lmas o‘ti kabi nodir tabobat namunalaridan tayyorlangan choy juda yaxshi samara beradi. Buning uchun dorivor limon o‘ti 100 gr. o‘lmas o‘t 100 gr., moychechak o‘ti yoki yalpiz 100 gr. olinib, hammasi yaxshilab aralashtiriladi. 2 osh qoshiq yig‘ma choyni 300 gr. qaynoq suvda 4 soat damlab qo‘yiladi. Dokadan suzilib, ovqatgacha 100 gr.dan 3 mahal ichiladi.

E‘tibor qilgan bo‘lsangiz kofe ichganda tish sarg‘ayib qoladi, ba‘zilar esa yuz terisi yoqimsiz rangga o‘zgaradi. Lekin uyquni tarqatish uchun kofe ichishga majbur bo‘lasiz. Buning o‘rniga moychechak damlab, unga asal qo‘shib ichish sizni bir muncha tetiklashtiradi.

Moychechak buyraklar salomatligini ta‘minlashda, uni turli zaharli moddalardan tozalashda ham foydalaniladi. Buning uchun oshqovoq va zig‘ir urug‘lari, dalachoy o‘ti, moychechak gullaridan 1 osh qoshiqdan olib aralashtiring va 0,5 l. qaynoq suvda 30-40 daqiqa davomida damlang. So‘ng tindiring va tayyor damlamani 4 qismga bo‘ling. 5 kun davomida ovqatlanishdan oldin 1 soat oldin iching.

Tovondagi yoriqlarni ketkazishda ham moychechak foydasi juda katta. Ko‘pchilik ayollarning tovoni quruq bo‘lib, muntazam yoriqlar hosil qiladi. Moychechak eritmasi va dengiz tuzidan solib vanna qilinsa, tovoningiz ancha yumshoq hamda nafis bo‘ladi. Buning uchun moychechakli suvga 15-20 daqiqa atrofida vanna qiling, (tovoningiz shunda ham juda quruq bo‘lsa) oyoq kafti va tovonlariga yumshatuvchi yog‘li krem surting.

Buning uchun 5 oshqoshiq momoqaymoq (oduvanchik) gullari olinadi. Unga I oshqoshiq tirnoqgul (kalendula), I oshqoshiq moychechak (romashka), I oshqoshiq qoncho‘p (chistotel), I oshqoshiq yalpiz (myata) gullaridan qo‘shiladi. Hammasi aralashtiriladi va sirli idishga solinadi. Ustidan bir barmoq ustunligida shakar solinadi (eng ma‘quli, gullar va shakar galma-galdan solishdir). Aralashtiriladi va og‘zi yopiladi. Bir hafta tindiriladi.

Keyin aralashma ustiga I litr suv solinadi va qiyom holiga kelgunga qadar qaynatiladi. Sovigach, gullar suzib olinadi. Gullardan tayyorlangan asal shisha idishga solinadi

Iste‘mol qilish tartibi: xar kuni 3 mahal ovqatlanishdan 30 daqiqa oldin I oshqoshiq qiyom 2 oshqoshiq issiq suvga solib ichiladi.

Bu eliksir jigarni, taloqni, qonni, qon tomirlarni, me‘dani, limfa bezlarini tozalab, immunitetni ko‘taradi.

Bundan tashqari tibetliklar ham uzoq davrlardan beri foydalanib kelinayotgan maxsus eliksir ham bor. Tibetcha eliksirni tayyorlash uchun bo‘znoch (bessmertnik), qizilpoycha (zveroboy), moychechak (romashka) va qayin kurtagidan har biridan 100 gr. olinadi (quritilgani) va maydalanadi. Keyin hammasi aralashtiriladi.

Ichimlik tayyorlashda termosdagi yig‘maning bir oshqoshiq‘i solinib, 0,5 litr qaynoq suvda damlanadi. 40 daqiqa turgach dokadan o‘tkaziladi va iliqdan issiqroq holda ichiladi. Bu yoshlik eliksiri ertalab ovqatlanishdan 30 daqiqa oldin va kechqurun taomlanishdan 1,5-2 soat keyin ta‘bga ko‘ra asal qo‘shib ichiladi.

Moychechak gullaridan tayyorlangan qaynatmaga tuz qo‘shib revmatizm, podagra kabi kasalliklarida ham ishlatiladi. Shuningdek, hayotimizda ko‘p uchraydigan holatlar — yengil lat yeyishlarda ham romashkaning dorivorlik xususiyati juda foydalidir. Masalan, paylar cho‘zilganda moychechak (romashka)ning barglaridan ham shifo sifatida foydalanishimiz mumkin. Buning uchun 100 gr. moychechak barglarini 2 litr qaynoq suvga solib, 1 soat davomida damlanadi. Keyin ushbu damlamadan vanna qilinadi.

Tungi uyqu yaxshi emasligidan ba‘zi kishilar nolib qolishadi. Bunda uyqu kelmayotgan bo‘lsa, dori-darmonlar bilan birga xalq tabobati usuli ijobiy samara beradi. Buning uchun I choy qoshiq qoraqiz (chereda) o‘ti, 0,5 choy qoshiq moychechak (romashka) gullari, I osh qoshiq suli poyasi olinib, obdan qorishtiriladi. Va ustiga 200 ml. qaynoq suv qo‘shiladi, yarim soat dam beriladi. Suzilgach, taomdan so‘ng 100 ml.dan 2 mahal – ertalab va kechqurun qabul qilinadi.

Uxlashdan oldin dengiz tuzi va moychechak aralashmasi (tayyor holda dorixonada mavjud) qo‘shilgan vanna qabul qilinsa, uyqu osuda kechadi.

Bunday dorivor o‘simliklarni qog‘oz yoki mustahkam quruq qutida saqlagan yaxshiroq. Damlama tayyorlash jarayonida esa uning to‘pgullaridan foydalangan ma‘qul.

Moychechak (romashka) shuningdek, xalq tabobatimizda bavirus (gemorroy), o‘t pufagida tosh paydo bo‘lishi, ayollar jinsiy a‘zolari kasalliklari, homiladorlikdagi toksikoz, oshqozon va o‘n ikki barmoqli ichak yarasi, yarali kolit va boshqa dardlarni davolashda ham qo‘llaniladi.

Tibbiy preparatlarda bo‘lgani kabi dorivor o‘simliklarda ham iste‘mol qilish mumkin bo‘lmagan holatlar borligini ham unutmaslik lozim. Har qanday dorivor o‘simlikda bo‘lgani kabi moychechak (romashka) ham ba‘zi insonlarda allergiya chaqirish xususiyatiga ega. Agar oshqozon

buzilishi, yuz va tanaga toshma toshishi kabi holatlar kuzatilayotgan bo‘lsa, demak, moychechak damlamasini ichishni to‘xtatish hamda shifokor bilan maslahatlashish lozim.

Bundan tashqari, moychechakli choyni tinchlantiruvchi va siydik haydovchi preparatlar bilan birga qabul qilish tavsiya etilmaydi. Sababi moychechak damlamasi ham xuddi shu dori vositalari singari tinchlantiruvchi hamda buyrak ishini faollashtiruvchi xususiyatlarga ega. Agar siz antidepressantlar qabul qilayotgan bo‘lsangiz, moychechakdan tayyorlangan choy ichishingiz mumkin emas. Sababi moychechakli choy uning miqdorini (dozasi) oshirib yuborishi mumkin.

Moychechakli choyni uzoq vaqt ichish ham bosh og‘rig‘i va holsizlikni paydo qilishi mumkin. Shuning uchun ham o‘z taningizga quloq soling va tanaffuslarga amal qiling.

Kimning qon bosimi past bo‘lsa, moychechakli choy ichishi mumkin, ammo ko‘p miqdorda emas. Chunki u qon bosimini tushirish xususiyatiga ham ega. Shunday ekan, har qanday tibbiy muolaja oldidan, albatta, shifokor ko‘rigidan o‘tish hamda maslahatlashish lozim.

Mamlakatimizda moychechak osishi, rivojlanishi, hosildorligiga turli xil omillarning tasiri haqida malumotlar endilikda shakllanib bormoqda. Va moychechakni dorivorlik xususiyatlarini bilgan davlatlar qatorida Rossiya va boshqa chet mamlakatlar turli xil tuproq iqlim sharoitlarida bir qancha tadqiqotlar otkazilgan va yetishtirish texnologiyalari ishlab chiqilgan. Moychechak ekish maqsadi va navning agrobiologik xususiyatlariga, shuningdek, tuproq iqlim sharoitiga qarab, 60x15, 60x10, 60x8, 70x15, 70x10, 70x8 sxemalarida bahorda asosiy va galladan keyin takroriy ekin sifatida ekiladi. Moychechak uruglarini unishi +6-7°S dan boshlanadi, lekin ularning unishi uchung optimal harorat +20-25°S hisoblanadi. Agar uruglar ekilgandan song namlik yetarli bolmasa, uruglar uzoq vaqtgacha unmasligi mumkin. Bu vaqtda uruglar ekilgan maydon lar tez-tez sugoriladi. Nihollar unib chiqqandan song (namlik va havoning harorati normal darajada bolganda) 20-40 kunda har bir niholda 6-10 tadan yonlama barglari osib ehiqadi. Kuzda ekilgan nihollar shu holda qishlaydi. Erta bahorda ekilgan nihollardan aprel oyining birinchi on kunligida 7-9 tadan yonlama barglari osib ehiqadi. Mart-aprel oyi davrida bahorning seryomg‘ir kelishi natijasida barglari tez o‘sishi va yiriklashishi natijasida osimlik o‘rtasida po‘yani osib chiqishi va shoxlanishi kuzatiladi. Osimlikni namlik bilan yaxshi taminlab borilsa, havo haroratining kotarilib borishi natijasida may oyining birinchi on kunligida dastlabki gullar ochi ladi. Umuman olganda bahorda ekilgan uruglardan 30-50 kunda dastlabki gullami ochiladi. Kuzatishlar shuni ko‘rsatadiki, osimlik poyalarida endigina paydo bolgan gunchalardan 10-12 kunda gul lar ochilishi mumkin. Shubhasiz bunga havoning harorati, tuproq namligi va tuproq dagi ozuqa elementlar muhim rol o‘ynaydi. Kunlaming issiqligi va tuproq namligiga qarab, osimlikdagi bitta savatcha 5-6 kun ochilib turishi mumkin. Havoning harorati ortacha 19-21°S bolganda gullari yaxshi ochilishi kuzatilgan. Haroratning 30°S dan ortishi gullarning ochilishiga salbiy tasir etishi bilan birga ularning may dalashishiga olib keladi. Gullarni ochilishida yorug‘lik ham muhim ahamiyatga ega. Havoning bulutsiz ochiq bolib turishi gullarni tez ochilishiga yordam beradi. Moychechak yorugsevar, namsevar osimlik hisoblanadi, shu sababli ham uni ochiq va unumdor yerlarda o‘stirish maqsadga muvofiqdir. Moychechak uruglarini sepishdan oldin har gektar yerga 20-25 tonnadan mahalliy ogit va superfosfat solib, tuproq 25-30 sm chuqurlikda haydaladi. osimlik osishi va rivojlanishi uchun tuproqda mineral moddalar yetarli bo‘lishi kerak. Moychechak o‘simligini 2-3 yil ekib, so‘ng o‘rniga boshqa dorivor yoki qishloq xo‘jalik o‘simliklarini ekish maqsadga muvofiq hisoblanadi. Aks holda yil sayin moychechakning hosildorligi pasayib boradi. Moychechak bahorgi-yozgi o‘simlik bo‘lgani sababli, iyul va avgust oylarida undan bo‘shagan

maydonlarga kechki ekinlar ekib ulardan qo‘shimcha hosil olish ham mumkin. Moychechak ekiladigan maydonlar iloji boricha yorug‘lik yaxshi tushadigan, atrolida daraxtzorlar bo‘lmagan va unumdor tuproqli bo‘lgani maqsadga muvofiq xisoblanadi. Nihollar o‘sinh davrida begona o‘tlarni ko‘payib ketishini hisobga olgan holda, 4-6 sm chuqurlikda kultivatsiya o‘tkazilishi, begona o‘tlarni yo‘qolishiga sabab bo‘ladi. O‘simlikni yig‘ishtirib olgandan keyin ham tezlik bilan shudgor qilinishi, shu maydonlarni begona o‘tlardan tozalashiga, o‘simlik qoldiqlarini tuproq ostida organikaga aylanishiga yordam beradi. Moychechak o‘simligi Yevropa davlatlarida va Rossiya Federatsiyasi hududlarida keng miqyosda dorivor o‘simlik sifatida o‘stirilganligi sababli bu o‘simlikning biologiyasi va o‘g‘itlash tizimi o‘rganilgan hisoblanadi. O‘zbekistonda dorivor o‘simlikshunoslik eng yosh yo‘nalish bo‘lganligi sababli ko‘pgina istiqbolli dorivor o‘simliklar kabi moychechak o‘simligining biologiyasi va o‘g‘itlash tizimini o‘rganish ilmiy ahamiyatga ega. Moychechak ekiladigan yerlarni mexanik tarkibi o‘rtacha, sho‘rlanish darajasi juda past bo‘lishi lozim. O‘simlik ekiladigan maydonlar kuzda gektariga 25- 30 tonna organik o‘g‘it va fosforli o‘g‘itlar I yillik normasini 70% solinib haydaladi. Moychechakni o‘sib rivojlanishi davomida ikki marta: birinchi - nihollari paydo bo‘lgan davrda (mart oyining birinchi o‘n kunligida), ikkinchisi g‘unchalash davrida (aprel oyining uchinchi o‘n kunligida) gektariga 30-40 kg hisobida azotli o‘g‘itlar beriladi. Azotli o‘g‘itlarni o‘simlikni sug‘orishdan oldin beriladi. O‘simlikni azotli, fosforli va organik o‘g‘itlar bilan yaxshi oziqlantirilganda moychechak gullarini gektariga 1,5-3,0 sentnerga oshishi kuzatiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ataboyeva X., N. va boshqalar. Osimlikshunoslik. T., Fan nashriyoti, 1995.
2. Xolmatov X. X., Xabibov. Ozbekiston dorivor osimliklari. T., Meditsina nashriyoti, 1972.
3. Abu Ali Ibn Sino. Tib qonunlari. ToShkent Xalq merosi, 1993. T.I.
4. Ahmedov O., Ergashev A., Abzalov A, YUlchiyeva M. Dorivor osimliklar yetishtirish texnologiyasi va ekologiya. ToShkent, 2009.
5. Axmedov E.T., Berdiyev E.T. Dorivor osimliklarni yetishtirish texnologiyasi. ToShkent OzR FA, 2017.
6. Ashurmetov O.A., Toxtaev B.YO. Dorivor osimliklar introduktsiyasining tarixi, muammolari va istiqbollari // Respublika ilmiy-amaliy konferentsiya materiallari. Xiva: XMA, 2003. 12-15 b.
7. Belolipov I.V. va bosh. Ozbekistonning osimliklar dunyosi. ToShkent. Oqituvchi. 1997. 120 bet.