

QOQIO‘T (MOMAQAYMOQ) O‘SIMLIGINING KIMYOVIY TARKIBI, SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI VA AMALIY AHAMIYATI

Odilova Gulsanam Ikromjon qizi

Tadqiqotchi

Y.T.Isayev

Kimyo fanlari doktori, professor

Annotatsiya: Mazkur tezisda qoqio‘t (*Taraxacum officinale*) o‘simligining boy kimyoviy va biologik tarkibi, undagi vitaminlar (C, B, E, K₁), minerallar, inulin, saponinlar va fitonutrientlarning inson organizmiga shifobaxsh ta’siri ilmiy va amaliy jihatdan tahlil qilingan. Qoqio‘tning jigar va buyrak faoliyatini yaxshilash, 2-tur qandli diabetda insulin ajratuvchi beta-hujayralarni rag‘batlantirish, oshqozon-ichak va moddalar almashinuvini me‘yorlashtirishdagi ro‘li yoritilgan. Shuningdek, o‘simlikning kosmetologiya, dermatologiya va asalarichilikdagi ahamiyati hamda xomashyo tayyorlash qoidalari ko‘rib chiqilgan.

Kalit so‘zlar: Qoqio‘ti, momaqaymoq, vitaminlar, inulin, saponinlar, fitonutrientlar, antioksidant, qandli diabet, jigar kasalliklari, xalq tabobati, asalarichilik.

KIRISH: Qoqio‘ti — 30 million yildan ortiq tarixga ega bo‘lgan, qadimgi Rim, Gretsiya, Misr hamda sharq tabobatida keng qo‘llanilgan bebaho shifobaxsh o‘simlikdir. Bugungi kunda u nafaqat xalq tabobati va zamonaviy farmakologiyada, balki asalarichilik sohasida ham eng muhim nektar va ozuqa manbalaridan biri sifatida e’tirof etiladi[1]. Mazkur tezisda qoqio‘tning botanik-kimyoviy xususiyatlari, organizmga biologik ta’siri va kosmetologik va davolash ahamiyati ilmiy nuqtai nazardan tahlil qilinadi.

Asosiy qism

1. Kimyoviy tarkibi va biologik ahamiyati:

Qoqio‘ting barcha qismlari (bargi, guli, poyasi va ildizi) inson organizmi uchun zarur bo‘lgan hayotiy moddalarga o‘ta boy. Uning tarkibida C vitamini (askorbin kislota) yuqori konsentratsiyada bo‘lib, u kuchli antioksidant sifatida immun tizimini mustahkamlaydi, yallig‘lanish jarayonlarini to‘xtatadi va hujayralarni erkin radikallar zararidan himoya qiladi. Shuningdek, o‘simlikda A, K1, E hamda B guruhi vitaminlari (B₁, B₂, BC, BE, B-PP) mavjud.

Minerallar majmuasi bo‘yicha qoqio‘ti K, Ca, Mg, Fe, P, Mn tuzlariga, uning gulchaglari esa B, Cu, Mo, Co, Ni, Sr kabi muhim mikroelementlarga boy[2]. O‘simlik poyasi va ildizida taraksatsin, flavaksatsin, arnidiol, faradiol, lyutein, karotinoidlar va saponinlar kabi biofaol moddalar to‘plangan. Kuzga borib ildizda 40% gacha inulin va 18% gacha shakar yig‘iladi. Bundan tashqari, tarkibida 3% gacha kauchuk, 5% gacha oqsil, achchiq va oshlovchi moddalar, yelim hamda shilliq birikmalar mavjud.

Ayniqsa, o‘simlik tarkibidagi appedinin fitonutrienti alohida ahamiyatga ega bo‘lib, u ximiyaterapiyaga o‘xshash mexanizmida ta’sir ko‘rsatadi va saratonga qarshi fitoterapevtik xususiyatni namoyon etadi[3].

2. Asalarichilikdagi Ozuqaviy Qimmatlari va Xomashyo Tayyorlash Bahor oylarida qoqio‘ting gullashi asalarilar uchun eng zaruriy shakar, oqsil va yog‘ manbasini yaratadi[4]. Qoqio‘t nektaridan yig‘ilgan asal och sariq yoki tiniq sariq rangda bo‘lib, o‘zining tez kristallanish xususiyati bilan ajralib turadi. Ayrim asalari oilalari ushbu o‘simlikdan bir sezonda 12 kilogrammdan 50 kilogrammgacha sifatli asal to‘plash imkoniyatiga ega. Davolash maqsadida qoqio‘ti xomashyosini yig‘ish muayyan mavsumiy qoidalarga bo‘ysunadi: Barglari va o‘ti: Bahorda, ya’ni o‘simlik gullashidan oldin (may-iyun oylarida) terib olinadi. Ildizi: Erta bahorda yoki kech kuzda — o‘simlik barglari so‘ligan davrda kavlanadi. Ildizlar avval suvda yuvilib, 3–4 kun davomida havoda so‘ltiladi, so‘ngra quritgich shkaflarda 40–50°C haroratda yoki soyada to‘liq quritiladi[5].

3. Farmakologik ta’siri va tibbiyotda qo‘llanilishi: Qoqio‘ting suvli va quyuq eritmalari, damlama hamda ekstraktlari inson a’zolari tizimiga har taraflama shifobaxsh ta’sir ko‘rsatadi.

Hazm va moddalar almashinuvi: Achchiq moddalar va inulin hisobiga oshqozon sekretsiasini kuchaytiradi, ishtahani ochadi va ichakda ovqatning parchalanish jarayonini tezlashtiradi[6]. Kolit, qabziyat hamda meteorizmni davolashda yengil surgi va safro haydovchi vosita sifatida qo'llaniladi.

Jigar va buyrak a'zolari: Jigar yog' bosishi, yallig'lanish, fibroz va tsiroz kasalliklarida jigarni qayta tiklashga yordam beradi. Buyrak, o't pufagi va siydik yo'llari shamollashida, buyrak-tosh kasalliklarida kuchli siydik haydovchi vosita hisoblanadi. Endokrin tizim va Diabet: 2-tur qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda funksiyasini yo'qotayotgan beta-hujayralar faoliyatini rag'batlantiradi, qondagi shakar miqdorini me'yorlashtiradi. Antivirus va Toksinlarni chiqarish: Eksperimental-kimyoviy tahlillar qoqio'tining antivirus, tuberkulyoz (sil) va gelmintlarga (qurtlarga) qarshi faolligini isbotlagan. Ildiz kukuni podagra va revmatizmida organizmdagi zaharli toksinlarni ter va siydik orqali haydab chiqaradi. Emizikli onalarda esa sut ajralishini (laktatsiyani) ko'paytiradi.

Kosmetologiya va Dermatologiya: O'simlik sharbati va malhamlari terini yumshatib, yuzdagi sepkil, husnbuzar hamda pigment dog'larini yo'qotadi. Psoriaz, allergiya, ekzema, chipqon, kuygan va qadoqli yaralarni davolashda ishlatiladi. O'simlikning achchiq sutsimon shirasi esa so'gal va qadoqlarni tushirishda samarali hisoblanadi[7].

XULOSA

Adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, qoqio'ti (momaqaymoq) shunchaki keng tarqalgan begona o'simlik bo'lmay, balki o'zida ulkan biologik va farmakologik potensialni jamlagan xazinadir. Uning tarkibidagi vitaminlar (C, E, K₁, B guruhi), mikro va makroelementlar (Fe, Ca, K, Mg), inulin, saponinlar hamda appedinin kabi noyob fitonutrientlar inson organizmiga kompleks va tizimli salbiy ta'sirsiz shifobaxsh ta'sir ko'rsatadi.

Qoqio‘tidan tayyorlangan vositalar: Moddalar almashinuvi va gormonal muvozanatni tiklaydi: Ayniqsa, 2-tur qandli diabetda oshqozon osti bezining beta-hujayralarini rag‘batlantirib, uglevodlar almashinuvini yaxshilaydi; A‘zolar faoliyatini himoya qiladi va tozalaydi: Jigar (yog‘ bosishi, fibroz), buyrak va o‘t pufagi kasalliklarida zaharli toksinlarni chiqaruvchi, safro va siydik haydovchi kuchli tabiiy protektor sifatida xizmat qiladi; Immunitet va antivirus ta‘sirga ega: Organizmni turli infeksiyalar, gelmintlar hamda yallig‘lanish jarayonlaridan himoyalaydi, hujayralarni erkin radikallardan asraydi;

Kosmetologiya va dermatologiyada samarali: Teri kasalliklarini (psoriaz, ekzema, husnbuzar) davolashda va terini parvarishlashda xavfsiz vosita hisoblanadi. Bundan tashqari, qoqio‘tining bahorgi gullash davrida asalarichilik uchun muhim ozuqa va sifatli nektar manbasi bo‘lishi uning qishloq xo‘jaligi hamda ekologiyadagi yuqori qiymatini yana bir bor isbotlaydi.

Yakuniy xulosa o‘rnida qoqio‘t xomashyosini to‘g‘ri va o‘z vaqtida yig‘ish, uni fitoterapiya hamda zamonaviy farmatsevtika sanoatiga kengroq jalb etish naturally va arzon dori vositalarini ishlab chiqarish imkonini beradi. Shunday bo‘lsa-da, uni amaliyotda qo‘llashda o‘simlikning yuqori biologik faolligini hisobga olgan holda mutaxassis tavsiyalariga amal qilish va ehtiyotkorlik choralarini ko‘rish maqsadga muvofiqdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Rustamov, S. A., & Urmonova, N. A. (2025). Qoqio‘ti tarkibidagi vitaminlar: ilmiy tahlil va salomatlikka ta‘siri. Universal International
2. Scientific Journal, 2(1), 138–144. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14747506>
3. Ibn Sina (Avicenna). Canon of Medicine (Tib qonunlari) — Qoqio‘ti va uning sutsimon shirasining davolash xususiyatlari haqidagi tarixiy manbalar.
4. Abu Ali ibn Sino. Shifobaxsh o‘simliklar va xalq tabobati usullari. Toshkent: "Xalq merosi" nashriyoti.
5. Xolmatov, H. H., Ahmedov, U. Ya. (2007). Farmakognoziya (Tibbiyot va farmatsevtika oliy o‘quv yurtlari uchun darslik). Toshkent: "Ibn Sino nomidagi nashriyot".

6. Turova, A. D., Saprojnikova, E. N. (1989). Лекарственные растения СССР и их применение. Москва: "Медицина".
7. Murdock, C., et al. (2020). Phyto-pharmacological properties and therapeutic potentials of medicinal plants in metabolic disorders. Journal of Ethnopharmacology, 255, 112730.