PEÝDALY ÖSÜMLIKLER

ITBURUN BÄGÜLÜ

- Itburun bägüli ýa-da ýabany bägül-gür şahalanýan gyrymsy ösümlik, onuň baldagy goňur-gyzyl reňkli bolup, tikenlidir.
- Ýelek şekilli çylşyrymly ýapraklary pudakda nobatlaýyn ýerleşýärler.
- Gül täji ak, gyrmyzy we sargylt reňkli bolup, ol maý-iýun aýlarynda gülleýär, iýul-sentýabrda bolsa miweleýär.

- Dermanlyk üçin bägüliň miwesi ulanylyp, ony güýz aýlarynda ýygnap 70o-80o temperaturada guratmak maslahat berilýär.
- Bägüliň ähli görnüşleri meýdan bägülinden gelip çykandyr. Meýdan bägüli GDA-nyň Ýewropa böleginde, Sibiriň gündogar we günbatarynda hem-de Orta Aziýa respublikalarynda duşýar.

- Onuň bişip ýetişen miwesi askorbin kislotasyny S witaminini almak üçin gymmatly tebigy çeşmedir.

- Ondan başga-da bägüliň miwesinde A, W2, R, K witaminleri, gant, limon, alma we organiki kislotalar, efir ýag, kaliý duzy, demir, marganes, fosfor, kalsiý, magniý we şuňa meňzeş maddalaryň bardygy anyklandy.

- Diýmek, bägül miwesinde adamyň organizmine zerur himiki maddalaryň birnäçesi bolup, şolaryň içinde iň ähmiýetlisi askorbin kislotasydyr.

- Organizmde askorbin kislotasy ýetmedik wagtynda, adam dürli kesellere sezewar bolýar. Şol kesellerden biri singadyr.

- Singa keseline sezewar bolan adamyň dişleriniň eti çiýşýär we ganaýar, deride örgün emele gelýär, çalt ýadaýar, ýüregiň işleýşi gowşaýar, täjihoraz, öýken sowuklamasy, bagyr we böwrekde daş emele gelende garyn asty mäzleriň işleýşi erbetleşýär.
- Bägül miwesinden taýýarlanan ekstrakt “holosos” preparaty bitmesi kyn bolan ýaralara çalmak üçin, bagyr, öt haltasy näsaglanda keselleri bejermek üçin peýdalanylýar. Bägülden alynýan A witamini görüş we çagalaryň boý almagy üçin hem ulanylýar.

- Bägüliň miwesi halk medisinasynda gan köpeldiji hem-de kuwwatlandyryjy serişde görnüşinde hem peýdalanylýar. Lukman Hekim öz wagtynda bägüliň miwesi bilen nerw, dişagyry, bogaz çişme kesellerini bejermegi ündäpdir.
- Soňraky maglumat boýunça bägüliň miwesi awitaminoz, gije körlügi kesellerini bejermek üçin hem ulanylýar. Şeýle hem bägüliň miwesini gaýnadyp ondan alynan suwuklygy süýt bilen garyp içmek maslahat berilýär.

- Bägül suwuklygy deri kesellerini bejermekde hem peýdalanylýar. Bägül miwesiniň 7-8 sanysyny çaýda demlän ýaly demläp, 10-15 minutdan soň içmek hem bolýar. Bu organizmde iýmitiň oňat siňmegine kömek edýär.

NAR

- Nar narlar maşgalasyna degişli, kiçijik yly bolmadyk agaç ýa-da gyrymsydyr. Onuň süri –lanset görnüşli etlek ýapraklary, gyzyl reňkli gülleri bolýar. Miwesi şar görnüşli bolup, onuň içinde köp sanly tohum ýerleşýär.
- Nar ýabany görnüşinde Zakawkaziýede, Azerbaýjanda, Täjigistanda we Türkmenistanyň Gçnbatar daglyk ýerlerinde ylaýta-da Garrygala we Gyzyletrek raýonlarynyň dag guşaklyklarynda köp duş gelýär. Ýokarda görkezilen ähli respublikalarda şeýle hem Çärjew oblastynda nar medeni görnüşinde hem ösdürilýär.

- Dermanlyk üçin naryň miwesinden, tohumyndan sykylyp alynan şiresi ulanylýar.
- Nar şiresinde limon kislatasy, gabygynda dubil maddasy 28%-e çenli, kökünde sütünleriniň, şahalarynyň gabygynda suwuk görnüşinde pelletirin alkoloidiniň barlygy anyklanyldy.
- Naryň gabygy gaýnadylyp alynan suwuklyk içgeçme, garyn-içege kesellerini bejermek üçin halk medisinasynda giňden ulanylýar. Kök, baldak we şahalarynyň gabygyndan alynýan pelleterin alkoloidi lenta şekilli soguljana garşy ulanylýar.

- Göz kesellerini bejermek üçin nemli bardajyklar sowuklanda ýapragynda ezip alnan suwy ýapylýar.
- “Nar müňe golaý derdiň dermany” diýip Lukman Hekim “Tebipçilik kanuny” diýen işinde belleýär.
- Naryň şiresi gakylyk goparyjy, içki organlaryny arassalaýjy serişde görnüşinde ulanyşy barada şol işinde ol görkezýär. Naryň tohumy bal bilen garyşdyrylyp ýaralary bejermekde, dişiň, gulagyň agyran mahalynda, şeýle hem burnuňa çalmakda ulanylýar.

- Onuň süýji sortlary ýumşadyjy serişdedir. Süýji we turşy nardan alynan suwuklyk bal bilen garyşdyrylyp, esli günden soňra göze sürtülse, gözüň görüjiligini oňatlaşdyrýar.
- Nar gadymy wagtlardan bäri derman hökmünde ulanylypdyr. Onuň reňkli şiresi kapilýarlary berkidýär. Gippokrat nar şiresini garynagyry üçin, onuň gabygyny içgeçme hem-de ýara bitiriji serişde görnüşinde ulanmagy ündäpdir.

- Araplar nar suwy bilen garyniçege ýolunyň bozulma we kelleagyry kesellerini bejeripdirler. Dioskorid, Pliniý we beýleki grek, rimli, hindi we gündogar tebipleri nar agajynyň gabygyny gaýnadyp alynan suwuklygyny soguljany ýok ediji serişde görnüşinde ulanmagy ündäpdirler.
- Hindileriň “Ýaşaýyş barada ylym” diýen işinde naryň miwesini alma we üzüm bilen garyp, organizmi ýaşartmak maksady bilen, ony bedeniňe çalmak maslahat berilýär.

ÇOPANTELPEK

- Çopantelpek 20-40 sm. boýly gür şahalanan bir ýyllyk otdur. Ýelek şekilli bölünen ýapraklary baldakda oturandyr. Sebediň gyrasynda dil şekilli ak güller, ortasynda bolsa sary gülleri ýerleşýär. Ol maý-awgust aýlarynda gülleýär we miweleýär.
- Dermanlyk çopantelpek ýurduň Ýewropa bölegininiň çemenliklerinde, ýoluň gyralarynda, çägesöw topraklarda, ekerançylyk meýdanlarynda, Türkmenistanda bezeg hökmünde ösdürilýär.

- Derman üçin çopantelpegiň sebedi ulanylýar. Şonuň üçin gülleri açylanda olary ýygnap guratmaly.
- Çopantelpegiň gülinde efir ýagy-0,1-0,8% bolup, düzüminde hamazulin , kadinen, flawonoid, nikotin, askorbin, kopril, antemis, izowolerin, salisil kislotalary kumarin, holin, fitosterin, karotin, nemjimek madda, şepbik, gant, glikoz we şuňa meňzeş maddalaryň bardygy anyklanyldy.
- Çopantelpegiň güliniň şiresi bedendäki çişleri aýryjy, gan saklaýjy, agyryny peseldiji, ödüň işini oňatlaşdyryjy serişde hökmünde ulanylýar.

- Ondan alynýan efir ýagy dezinfisirleýji, agyryny peseldiji, garyn-içege, merkezi nerw sistemasyny, dem alyş ýollaryny kadalaşdyryjy, şeýle hem kelle beýnidäki damarlary giňeldiji derman görnüşinde ulanylýar.
- Ondan alynýan glikozid maddasy garyn-içege şiresiniň işleýşini kadalaşdyrýar. Hamazulin maddasy dem alyş ýollaryny, guragyryny, içgatama, deridäki örgünlerini, rentgen şöhlesinde ýanan derini, böwrek, newroz hem-de siýdiklikde emele gelen keselleri bejermekde ulanylýar.

- Halk medisinasynda çopantelpegiň gülünden alynýan şire garynagyry, içgatama, bagyr, böwrek, gyzdyrma, sowuklama, nerw hem-de siýdiklik halta kesellände ulanylýar.
- Şeýle hem dezinfisirleýji we huşa getiriji derman hökmünde peýdalanylýar. Onuň suwuklugy agyz çaýkamakda gowy serişdedir.

ULY ATGULAK

- Uly atgulak ikiýyllyk ot bolup, boýy 10-45 sm-e çenli bolýar.
- Ýapraklary uly kökýanynda bolup baş topbak gülleri baldagyň ujundadyr. Ol maý-oktýabr aýlarynda gülleýär we miweleýär.
- Uly atgulak ähli ýerde diýen ýaly duş gelýär. Çärjew oblastynda baglarda, ekerançylykda, ýol ýakalarynda, suwly salmalardyr, ýapraklaryň gyralarynda duşýar. Ol medeni görnüşde hem ösdürilýär. Ol gadymy derman ösümligidir.

- Dermanlyk üçin onuň ýapragy we tohumy ulanylýar. Atgulagyň ýapragyny tomsuň dowamynda ýygnalyp açyklykda guratmak maslahat berilýär.
- Atgulagyň ýapragynda nemjimek madda, klikozid, aukubin, karotin, askorbin kislotasy, K witamini, ajy we dubil maddalar, kaliý smola, belok maddasy, aleonol kislotasy saponen, sterin, fermentler, inwertin we emulsin we şuňa meňzeş maddalaryň bardygy anyklanypdyr.

- Atgulagyň ter ýapragyndan alynýan suwuklyk garyn we içegedäki ýarany, deridäki iriňli ýaralary iç geçme we aşgazanyň işi ýaramazlaşanda ulanylýar.
- Ýapragyň şiresi öýken damarlaryny bejermekde we gakylyk goparyjy serişde görnüşinde peýdalanylýar.
- Atgulakdan alynýan “Plantaglýusid” preparaty garynda we 12 barmak içegedäki ýarany bejermekde we agyry aýryjy serişde hökmünde ulanylýar. Tohumy iç çişme we gatama kesellerini bejermekde ulanylýar.

- Halk medisinasynda bedeniň bir ýeri agyrsa, ýara iriňlände, deri çiýşse we sowuklasa, dem alyş ýollary näsaglasa, böwregi agyrsa, içi geçse atgulagy derman hökmünde peýdalanypdyrlar.
- Ýokarda görkezilenlerden başga-da atgulak ýapragyndan alynýan derman gan arassalaýjy we duruzujy, işdä açyjy, rahatlandyryjy, arterial basgyny peseldiji, derini tämizleýji görnüşinde ulanylýar.
- Ter atgulakdan alynýan suwuklyk agzy çaýkamak-da ulanylýar. Bedeniň bir ýeri şikeslense, agyrsa, gögerse, çybyn çaksa atgulagyň ter ýapragy ulanylýar.

GÜNEBAKAR

- Günebakar bir ýyllyk otdur. Ol belent boýly, tüýlek baldakly bolup, ýürek şekilli ýapraklary nobatlaýyn ýerleşýär.
- Gülleri açyk sary bolup, sebet topbak gülleri emele getirýär. Ol iýul-awgust aýlarynda gülleýär we awgust-sentýabrda miwesi bişýär.
- Günebakaryň watany Demirgazyk Amerika, häzirki wagtda ýurduň Ýewropa böleginde, Günbatar Sibirde, Gazagystanda, Demirgazyk Kawkazda şeýle hem Orta Aziýa respublikalarynda ekilýär.

- Dermanlyk üçin günebakaryň sapakly ýapraklary we sebediniň çetindäki sary uly ýalan dil şekilli gülleri ulanylýar.
- Günebakaryň ýapragynda karotin – 100 mg% çenli, kauçuk bar. Onuň güli bolsa flawonoid glikozid, antosian, holin, betoin we şuňa meňzeş maddalary saklaýar.
- Günebakaryň ýapragyndan we sebediniň gyraky güllerinden alynýan suwuklyk işdäni açyjy serişde hökmünde ulanylýar.
- Soňky wagtlarda sebediň gyraky güllerinden alynýan suwuklyk öýken sowuklanda, näsaglanda hem-de garyn-içege kesellerini bejermekde peýdalanylýar.

- Günebakaryň gülüni we ýapragyny spirt bilen garyp, alynýan suwuklyk halk medisinasynda işdäni açyjy serişde hökmünde ulanylýar.
- Günebakary üsgülewük, garynagyry kesellerinde ulanylsa, sebediň gyraky gülleri dem alyş ýoly kesellerini bejermekde ulanylýar.

KÜNJI

- Ol künjiler maşgalasyna degişli otdur. Onuň watany Günorta-Gündogar Aziýadyr. Ol irden bäri Özbegistan, Täjigistan, Türkmenistan respublikalarynda ösdürilýär.
- Künjiniň ok köki 50-80 sm. çuňlukda ýerleşýär. Onuň baldagy 4-8 burçly bolup, 1-1,7 m.boýludyr. Süýri ýumurtga görnüşli ýapraklary garşylyklaýyn we nobatlaýyn ýerleşýärler. Onuň güli uly, gök, mämişi, kä halatlarda ak reňkli bolýar. Tohumy örän maýdadyr. Ol iýun-awgustda gülleýär, oktýabr-sentýabrda miwesi ýetişýär.

- Künjiniň tohumynda 60%-e golaý ýag bolýar.
- Onuň ýagy medisinada içki we daşky keselleri bejermekde ylaýta-da bedeniň agyran ýerine sürtmekde ulanylýar.
- Şeýle hem künji ýagy aşgazan, garyn-içege we bagyr keselleriniň dermanydyr.

SELME

- Selme urugynyň Türkmenistanda 9 görnüşi duş gelýär. Köp görnüşleri dermanlyk hökmünde halk medisinasynda ulanylýar.
- Ysly selme hem şolara degişli bolup, bir ýyllyk otdur we onuň boýy 10-15 sm. çemesindedir.

- Onuň ýapraklary nobatlaýyn ýerleşýärler. Ol maý-awgust aýlarynda gülleýär we miweleýär.
- Ysly selme Köýtendagyň aşak we ýokary guşaklygynda hem-de oazislerde duşýar. Selme demgysma, tutgaý, çakyza kesellerini bejermekde ulanylýar.

YSMANAK

- Ysmanak bir ýyllyk ot ol 20-60 sm. boýly haşal ot bolup, respublikada köplenç dag eteginde seýrek Murgap we Amyderýa oazislerinde ösýär. Çärjew oblastynda bakga ysmanagy giň ekilýär.

- Ysmanagyň ýapragy W we S witaminlere, demir, fosfor ýaly elementlere baýdyr. Şeýle hem ol belogyň çeşmesidir. Onuň düzüminde belogyň mukdary 34% ýetýär.
- Şonuň üçin ysmanak diňe iýmit üçin ulanylman halk medisinasynda gan artdyryjy, organizmi kuwwatlandyryjy serişde görnüşinde ulanylýar.

SÖZENEK

- Sözenek gür şahalanýan uly bolmadyk gyrymsy ösümlik. Ters ýumurtga şekilli sada ýapraklary nobatlaýyn ýerleşip, olaryň üsti tüýler bilen örtülýär.
- Onuň gülleri gögümtik bolup, salkym topbak gülde ýerleşýärler. Süýji çiş görnüşli kösüginiň uzynlygy 5 sm-e barabardyr.
- Garagum we Gyzylgum çöllerinde Türkmenistan sözenegi ösýär.

- Türkmenistan sözeneginden sferofizin, simirnowin, smirnowiniň arkoloidleri alynýar. Şol arkoloidler ösümligiň organlarynda dürli wagtda toplanýar.
- Mysal üçin: maý aýynda onuň baldagynda smirnowin alkoloidi 0,052% toplansa, güýz aýlarynda bolsa sferofizin 0,09%, smirnowiniň 0,36% toplanýar.
- Şol alkoloidlerden “Izoprin” preparaty ýasalyp, ol tabletka hem-de ampul görnüşinde I we II stadiýaly gipertoniýa keselini bejermek üçin ylmy medisinada ulanylýar.

AK AKASIÝA

- Ak akasiýa 20-25 metre çenli boýly agaçdyr. Çylşyrymly täk, elek şekilli ýapraklary nobatlaýyn ýerleşýär. Ýakymly ysly, ak reňkli gülleri bolup salkymda ýerleşýärler.
- Ol aprel-maý aýlarynda gülleýär. Ak akasiýanyň watany demirgazyk Amerikadyr.

- Russiýa XVIII asyrda getirilip ösdürilip başlanýar.

- Derman ösümligi görnüşinde XIX asyrdan bäri peýdalanylýar. Akasiýa güli dermanlyk güli üçin ulanylýar. Onuň güllerini ýygnap, saýada guradylýar.

- Akasiýanyň gülinde glýukozit, roblenin we efir ýagynyň bardygy anyklanyldy. Şol sebäpli onuň gülinden taýýarlanylan preparat siýdiklik, böwrek kesellerini bejermek üçin hem-de böwrekdäki daşy erediji swrişde görnüşinde ulanylýar.