

## ZAYTUN BARGINING TIBBIYOTDA ISHLATILISHI

*Mo'ydinov Muslimbek Mahsutali o'g'li*

*Assistent, Andijon qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalari instituti*

*G'ofurov Abdulazizbek Sadirdin o'g'li*

*Assistent, Andijon qishloq xo'jaligi va agrotexnologiyalari instituti*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada moyli o'simliklar guruhiga mansub bo'lgan zaytun bargining tibbiyotda ishlatilishi haqida muhokama qilinadi

**Kalit so'zlar:** zaytun, barg, iqlim, tur, yashil, uzoq, tuproq, rang, daraxt

**Аннотация:** В данной статье рассматривается применение оливкового листа, относящегося к группе масличных растений, в медицине.

**Ключевые слова:** олива, лист, климат, тип, зеленый, длинный, почва, цвет, дерево.

**Abstract:** This article discusses the use of olive leaf, which belongs to the group of oil plants, in medicine.

**Key words:** olive, leaf, climate, type, green, long, soil, color, tree

Zaytun moyli o'simliklar guruhiga kirib, bugungi kunda yer sharida zaytunning 60 ga yaqin turi mavjud. Ulardan birgina turi – Yevropa zaytuni (*Olea Europaea*) xo'jalik ahamiyatiga ega. Zaytun dunyoning subtropik va mo'tadil iqlimli ko'pgina mamlakatlarida yetishtiriluvchi qimmatbaho, serdaromad madaniy ekin turi hisoblanadi. Zaytun daraxti 500 yildan 4000 yilgacha yashaydigan, doimiy yashil bo'lib, uzoq yashovchi va sekin o'suvchi subtropik daraxt hisoblanadi. Zaytun daraxtining balandligi 10-12 metrdan oshmaydi.

Zaytun ko'chatlari ekilganining 3-yilida meva yoki nishona ko'rsatishni boshlaydi. Ko'chatlar yaxshi bo'lsa, albatta. Zaytun, zaytundoshlari oilasiga mansub ko'p yillik o'simlik, hozir Suriya, Isroil va Korsika mamlakatlarida 2000 yildan ziyod umr ko'rgan daraxtlari mavjud. Mo'tadil iqlimli mamlakatlarda uzoq yashaydi. Ildizlari popuk ildiz bo'lib tuproqda 70-80 sm, ayrim ildizlari 2,0-2,5 m

chuqurlikkacha kirib boradi, bo'yining balandligi 6-8, ayrimlari 10-12 m ga yetadi, ko'pincha butaga o'xshab bir necha poya hosil qiladi, ko'p shoxlaydi.

**Barglari.** Barglari novdada qarama-qarshi joylashib, ustki tomoni kumushsimon yaltirab tursa, orqa tomoni yashil rangda, uzunchoq lansetsimondir. Zaytun bargining rangi och yashil bo'lib, novdada qarama-qarshi joylashgan, barg to'qimalari tarkibida efir moyi, lakton-elenolid, fitosterina smolalar va boshqa moddalar borligi aniqlangan.

Bargning ostki qismining rangi esa kumush (kulrang) rang bo'lib, u oq tuklar bilan qoplangan. Bargdagi ushbu tuklar quruq havoda bargning o'lishiga to'sqinlik qiladi. Qisqa bandi bilan novdada qarama-qarshi joylashgan bo'lib, qishda boshqa barglarga o'xshab to'kilib ketmaydi, bahorda mart oyining oxirlarida avval bir dona barg hosil bo'lib keyin eski barg to'kiladi. Zaytun daraxti barglari mutloq to'kilib yalang'och bo'lib qolmaydi, qishda ham barglarini saqlab qolgani uchun ekologik toza daraxtlar turiga kiradi. Chunki o'simlik yil bo'yi kislorod ishlab chiqish imkoniga ega. Barglar har ikki yoki uch yilda chiqish joyini o'zgartirib turadi.

**Gullari.** Ikki jinsli, barg qo'ltig'ida rovaksimon holda bo'lib, bir ro'vakda 8-42 tagacha gul joylashadi. Gultoji barglari 4 ta, otaliklari 2 ta, onalik tugunchasi bitta, aprel oyining oxiri, may oyi boshlarida, ba'zan mayning oxiri, iyunda gullaydi. Zaytun gullari oqish qaymoqrang bo'lib, shingil shaklida, shingilning hajmi kichikdir. Gulning xushbo'y hidi bo'lib, daraxt yoniga kelsa, kishi dimog'iga yoqimli hid uriladi. Gullar barglarning ostidan chiqadi. Gullar bir yil oldin o'sgan novda va shoxchalarda hosil bo'ladi. Zaytun guli ikki uylidir. Birinchi xil gullari o'z morfologik belgilarida erkak va urg'ochi gullarni eslatuvchi belgini ifoda etgan germofrodit gullar.

Ikkinchisi esa erkak gullar, o'simlikning urg'ochi gullari yo'q. Ushbu xususiyatni gul tuzilishini diqqat bilan kuzatganda ko'z bilan ko'rish mumkin. Zaytun urug' tugunchalari kichkina, ammo ko'zga yaqqol tashlanadi. Odatda gullarning har birida bir meva hosil bo'ladi. Gullari urug'langanidan so'ng sekin urug' tugunchasi kattalashadi va boshqa o'simliklarga o'xshab meva tugadi. Urug'langan gul tugunchasi boshqa daraxtlar gul tugunchasidan bir oz farq qiladi. Gul tugunchasining

har birida ikki donadan kichik urug‘langan tugunchalari bo‘lib, ulardan bittasi hosil beradi, ya’ni urug‘langan barcha gullar meva hosil qiladi.

Zaytun mevalari. Zaytunning mevasi cho‘ziq ovalsimon bo‘lib, navlariga qarab mevasining vazni har xil bo‘ladi. Zaytunning navlari, turlari juda ko‘p, birgina Ispaniyada zaytunning 260 dan ziyod turi bor. Ayrim navlari kichik meva hosil qiladi, ularning vazni kichik bo‘lib 240-250 donasi, ayrimlarida 80-90 ta mevasi bir kilogramm bo‘ladi. Mevasi danakli, danagi o‘ta qattiq, chaqilmaydi, moy mevasining etida bo‘ladi. Sentabr oylarida mevalari to‘q yashil tusda bo‘lsa, oktabr oyi oxirida mevasi qora rangga kiradi. Usti mumsimon g‘ubor bilan qoplangan.

Dumaloq shakldagi mevalarda moy kam bo‘ladi, ular asosan iste’mol uchun, cho‘zinchoq mevalari moy beruvchi bo‘ladi. Bir tup o‘simlik 50-60 kg o‘rtacha, ayrim tuplari 80-100 kg gacha meva beradi.

Zaytun mevalari kuzga borib pishib yetiladi. Ho‘l mevalari tarkibida achchiq glyukozidlar bor ekanligi uchun mutlaq yeyilmaydi. Konservlash uchun ham pishmagan yashil rangdagi mevalari tanlab olinadi. Konservaga ba‘zan jigarrang tusdagi yoki to‘q-qizil rangdagilari ham tanlab olinadi. Zaytun mevasining hajmi 1,5-2,0 sm bo‘lib, etining orasida qattiq urug‘i bor.

Mevalari oldin yosh paytida dovcha bo‘lib, yashil tusda, keyin to‘la pishib yetilganida uning yashil ranggi qora yoki to‘q jigarrangga o‘zgaradi. Zaytun daraxti odatda o‘zimizda o‘sadigan ko‘pgina o‘simliklarga o‘xshab bir yil yaxshi hosil bersa, keyingi yili oz meva qilishi mumkin.

**Zaytun barglari.** Iste’mol qilinganda barglar achchiq ta’mga ega.

Zaytun mevasi yoki zaytun moyi bilan taqqoslaganda barglarda juda ko‘p konsentratsiyalangan: jami 1450 mg fenollar saqlaydi. Qayta ishlanmagan zaytun bargidagi kimyoviy birikmalar oleuropein va gidroksitirozol, shu bilan birga polifenollar va flavonoidlar, luteolin, rutin, katexin va apigenin tutadi.

O‘rta yer dengizi parhezi deb ataluvchi ushbu mevani iste’mol qilish surunkali kasalliklar, xususan, yurak-qon tomir kasalliklari xavfining pasayishi bilan bog‘liq bo‘lib, boshqa parhezlar bilan solishtirganda, bu ta’sirlar qisman zaytun moyi hisobiga bo‘lishi mumkin degan xulosaga kelingan. Zaytun o‘simligining barglarida

(*Olea europaea*) shuningdek, zaytun mevasi va yog'iga qaraganda ancha yuqori konsentratsiyada fenollik birikmalarni o'z ichiga olishi aniqlandi. Barglarda mavjud bo'lgan eng ko'p fenollik birikmalar - verbaskozid, apigenin-7-glyukozid, luteolin-7-glyukozid, gidroksitirozol, tirozol va sekoiridoid oleuropein, sekoiridoidlar *Oleaceae* oilasining vakillarida bo'ladi[1,2].

Elenol kislotasi zaytun moyi va zaytun bargi ekstraktining tarkibiy qismidir. Oleuropein 10-gidroksioleuropein, ligstrosid va 10-gidroksiligstrosid kabi bir-biri bilan chambarchas bog'liq bo'lgan birikmalar bilan birgalikda elenol kislotasining tirozol efirlari hisoblanadi. Zaytun bargi ekstraktining fenol tarkibi o'simliklarning xilma-xilligi, yig'ish davri va usuli, bargning pishib yetilishi, saqlash sharoitlari va ekstraksiya usuliga qarab farq qiladi[2].

Qadimdan zaytun barglaridan xalq tabobatida turli xil kasalliklarni davolash uchun ishlatilgan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, zaytun bargi ekstrakti qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda qondagi qand miqdorini muvozanatlashishiga yordam beradi.

Zaytun barglari ekstrakti kukuni 40% oleuropein saqlaydi. Bu zaytun daraxti bargida 10-gidroksioleuropein, ligstrosid va 10-gidroksiligstrosid kabi boshqa yaqin birikmalar bilan birga bo'lgan kimyoviy birikmadir. Ushbu birikmalar elenol kislotasining tirozol efirlari bo'lib, ular keyinchalik gidroksillanadi va glikozillanadi.

Oleuropein va uning metaboliti gidroksitirozol kuchli antioksidant ta'sirga va achchiq ta'mga ega toza zaytun moyi hisoblanadi. Immunitet tizimini kuchaytirish uchun ushbu turdagi preparatlar erkin radikallarni tozalash vositasi bo'lib, tanadagi immunitetni kuchaytirishi mumkin.

**Andioksidantlik.** Zaytun barginingdagi tokoferollar (E vitamini) va fenol asidlari katta miqdorda antioksidantlar hisoblanadi. Ular serbest radikallarni neytralizatsiya qilish, oksidatsiyani kamaytirish, va o'zaro qo'llanilishini boshqarish orqali qandaydir kasalliklarni oldini olish uchun muhim bo'ladi.

**Xolestroldan past xossalik.** Zaytun bargidagi olein asidi va penta- va oksil asidi kabi yuqori miqdorda bo'lgan yomon xolesterol sathini pastroq qilishga yordam beradi. Bu esa yuqori qon bosimini va qon tomirlarining tizimini yaxshilaydi.

**Kardiovaskulyar ta'siri.** Zaytun bargining antiinflamatori va antioksidant xususiyatlarining yanada ko'p foydalilari mavjud. Ular qon tomirlari xavfsizligini oshirish, trombozning oldini olish va kardiovaskulyar kasalliklarni oldini olishga yordam berishi mumkin.

**Immun tizimni kuchaytirish.** Zaytun bargidagi antioksidantlar immun tizimning kuchini oshirishi, shuningdek, virus va bakteriyalarga qarshi kurashishi mumkin.

Shuningdek, zaytun bargida yuzlab oqsillar mavjud bo'lib, ular immun tizimni kuchaytirishi, kasalliklarga qarshi kurashish, va sog'liqni saqlashda muhim rollarni o'ynaydi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Bioactive ingredients in olive leaves. N.Nenadis, V.T.Papoti and M.Z.Tsimidou. Olives and Olive Oil in Health and Disease Prevention. 2021. Chapter 5. 65-78 p.

2. Barbaro B., Toietta G., Maggio R., Arciello M., Tarocchi M., Galli A., Balsano C. 2014. "Effects of the Olive – Derived Polyphenol Oleuropein on Human Health". International Journal of Molecular sciences. 15 (10): 18508-18524

3. Pinelli P., Galardi C., Mulinacci N., Vincieri F., Tattini, Romani A. 2000. Quali-quantitative analysis and antioxidant activity of different polyphenolic extracts from *Olea europea* L. leaves" Journal of Commodity science. 39 (2): 71-83.