

TINCHLANTIRUVCHI DORIVOR O‘SIMLIKLARNING TIBBIYOTDAGI ROLI

Xasanova G.R.

Farmakognoziya va farmatsevtik texnologiyalar kafedrası assistenti

Mallaeva Mayjuda Maxramovna

Umumiy gigiyena va ekologiya kafedrası (PhD) assistent,

Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Annotatsiya

Ushbu maqolada tinchlantiruvchi (sedativ) ta'sirga ega bo'lgan dorivor o'simliklarning zamonaviy tibbiyotdagi ahamiyati, ularning farmakologik xususiyatlari va klinik qo'llanilishi yoritilgan. Asab tizimi faoliyatining buzilishi, stress, uyqusizlik va psixoemotsional zo'riqish kabi holatlarda fitoterapiyaning afzalliklari ilmiy manbalar asosida tahlil qilingan. Shuningdek, valeriana, pustirnik, melissa, romashka va xmel kabi o'simliklarning biologik faol moddalari hamda ularning organizmga ta'sir mexanizmlari o'rganilgan. Tadqiqot natijalari tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarni kompleks davolash tizimida qo'llash maqsadga muvofiq ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: tinchlantiruvchi o'simliklar, sedativ ta'sir, fitoterapiya, asab tizimi, stress, uyqusizlik.

РОЛЬ СЕДАТИВНЫХ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ В МЕДИЦИНЕ

Хасанова Г.Р.

Ассистент кафедры фармакогнозии и фармацевтических технологий

Маллаева Мавжуда Махрамовна

Ассистент (PhD) Кафедра общей гигиены и экологии

Самаркандский государственный медицинский университет

Аннотация

В данной статье рассматривается значение лекарственных растений с седативным действием в современной медицине, их фармакологические свойства и клиническое применение. На основе научных источников

проанализированы преимущества фитотерапии при нарушениях деятельности нервной системы, стрессах, бессоннице и психоэмоциональном напряжении. Также изучены биологически активные вещества таких растений, как валериана, пустырник, мелисса, ромашка и хмель, а также механизмы их воздействия на организм. Результаты исследования показывают целесообразность применения седативных лекарственных растений в системе комплексного лечения.

Ключевые слова: седативные растения, седативное действие, фитотерапия, нервная система, стресс, бессонница.

THE ROLE OF SEDATIVE MEDICINAL PLANTS IN MEDICINE

Khasanova G.R.

Assistant of the Department of Pharmacognosy and Pharmaceutical Technologies

Mallaeva Mavjuda Makhramovna

Assistant (PhD), Department of General Hygiene and Ecology

Samarkand State Medical University

Abstract

This article highlights the importance of medicinal plants with sedative effects in modern medicine, their pharmacological properties, and clinical application. Based on scientific sources, the advantages of phytotherapy in conditions such as disorders of the nervous system, stress, insomnia, and psycho-emotional tension are analyzed. In addition, biologically active compounds of plants such as valerian, motherwort, lemon balm, chamomile, and hops, as well as the mechanisms of their effects on the human body, have been studied. The results of the study indicate that the use of sedative medicinal plants is advisable in комплекс (comprehensive) treatment systems.

Keywords: sedative plants, sedative effect, phytotherapy, nervous system, stress, insomnia.

Dolzarbligi

Hozirgi zamon tibbiyotida asab tizimi kasalliklari va psixoemotsional buzilishlar keng tarqalgan muammolardan biri hisoblanadi. Jadal hayot sur'ati, axborot oqimining ortishi, ijtimoiy va kasbiy stress omillari inson salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Bunday sharoitda sintetik sedativ dori vositalaridan uzoq muddat foydalanish ko'pincha nojo'ya ta'sirlar, o'rganib qolish va qaramlik holatlariga olib keladi.

Shu sababli, tabiiy manbalarga asoslangan fitoterapevtik vositalarga bo'lgan qiziqish yil sayin oshib bormoqda. Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklar kam toksikligi, organizmga muloyim ta'siri va kompleks terapiyada qo'llash imkoniyati bilan alohida ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotning maqsadi

Tinchlantiruvchi ta'sirga ega dorivor o'simliklarning tibbiyotdagi rolini ilmiy jihatdan asoslash, ularning farmakologik xususiyatlari va qo'llanish samaradorligini tahlil qilishdan iborat.

Metodologiyasi:

tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarning tasnifi va umumiy xususiyatlarini o'rganish;

ular tarkibidagi biologik faol moddalarni tahlil qilish;

asab tizimiga ta'sir mexanizmlarini ochib berish;

klinik amaliyotda qo'llash istiqbollari baholash.

Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarning umumiy tavsifi

Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklar markaziy asab tizimi faoliyatini sekinlashtirib, qo'zg'aluvchanlikni pasaytiradi, uyqu sifatini yaxshilaydi va psixoemotsional holatni barqarorlashtiradi. Ularning ta'siri asosan efir moylari, alkaloidlar, flavonoidlar, glikozidlar va organik kislotalar bilan bog'liq.

Asosiy tinchlantiruvchi o'simliklar:

Valeriana (*Valeriana officinalis* L.) – uyqusizlik va nevroz holatlarida keng qo'llaniladi;

Pustirnik (*Leonurus cardiaca* L.) – yurak-qon tomir va asab tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi;

Melissa (*Melissa officinalis* L.) – stress va xavotirni kamaytiradi;

Romashka (*Matricaria chamomilla* L.) – yengil sedativ va yallig'lanishga qarshi ta'sirga ega;

Xmel (*Humulus lupulus* L.) – uyqu chaqiruvchi xususiyati bilan ajralib turadi.

Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarning biologik faol moddalari va ularning ta'sir mexanizmi

Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarning farmakologik samaradorligi, avvalo, ular tarkibidagi biologik faol moddalar majmuasi bilan bog'liq. Ushbu moddalar markaziy va periferik asab tizimiga kompleks ta'sir ko'rsatib, psixosotsial holatni barqarorlashtirish, qo'zg'aluvchanlikni pasaytirish va uyqu fiziologiyasini normallashtirishda ishtirok etadi.

1. Flavonoidlar

Flavonoidlar tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarda keng tarqalgan biologik faol birikmalar hisoblanadi. Ular asosan melissa, pustirnik, romashka va xmel tarkibida uchraydi.

Flavonoidlarning ta'sir mexanizmi markaziy asab tizimida tormozlanish jarayonlarini kuchaytirish bilan bog'liq. Ular GABA (gamma-aminomoy kislota) retseptorlariga bilvosita ta'sir qilib, neyronlar qo'zg'aluvchanligini kamaytiradi. Shuningdek, flavonoidlar antioksidant xususiyatga ega bo'lib, stress natijasida hosil bo'ladigan erkin radikallarni neytrallashtiradi. Natijada asab hujayralari muhofazalanadi va neyroprotektor ta'sir yuzaga keladi.

2. Efir moylari

Efir moylari tinchlantiruvchi o'simliklarning eng muhim faol komponentlaridan biri bo'lib, ular melissa, valeriana, romashka va lavanda tarkibida yuqori miqdorda mavjud.

Efir moylari markaziy asab tizimiga reflektor va gumoral yo'llar orqali ta'sir ko'rsatadi. Ularning aromatik molekulalari hid bilish retseptorlari orqali limbik

tizimni faollashtirib, xavotir, qoʻrquv va emotsional zoʻriqishni pasaytiradi. Shu bilan birga, efir moylari parasimpatik nerv tizimi faoliyatini kuchaytiradi, yurak urishi va qon bosimini meʼyorlashtirishga yordam beradi.

3. Alkaloidlar

Ayrim tinchlantiruvchi dorivor oʻsimliklar tarkibida kam miqdorda alkaloidlar mavjud boʻlib, ular neyrotrop taʼsirga ega. Masalan, pustirnik tarkibidagi alkaloidlar markaziy asab tizimi faoliyatini pasaytiradi hamda vegetativ nerv tizimidagi disbalansni bartaraf etadi.

Alkaloidlar neyromediatorlar almashinuviga taʼsir qilib, simpatik nerv tizimi faolligini cheklaydi. Bu esa stress reaksiyalarining kamayishi va umumiy tinchlantiruvchi taʼsirning yuzaga chiqishiga olib keladi.

4. Iridoidlar va valerian kislotalari

Valeriana oʻsimligi tarkibida uchraydigan iridoidlar va valerian kislotalari tinchlantiruvchi taʼsirning asosiy manbai hisoblanadi. Ushbu birikmalar markaziy asab tizimida neyron membranalarining qoʻzgʻaluvchanligini pasaytiradi.

Valerian kislotalari GABA metabolizmini faollashtirib, tormozlovchi mediatorlar taʼsirini kuchaytiradi. Bu esa uyqu chaqiruvchi taʼsir, psixoemotsional barqarorlik va asab zoʻriqishining pasayishi bilan namoyon boʻladi.

5. Glikozidlar va fenol birikmalar

Romashka va pustirnik kabi oʻsimliklarda uchraydigan glikozidlar va fenol birikmalar yengil sedativ hamda spazmolitik taʼsir koʻrsatadi. Ular periferik nerv retseptorlarini tinchlantirib, ichki organlardagi vegetativ reaksiyalarni barqarorlashtiradi.

Bu birikmalar oshqozon-ichak tizimidagi funksional buzilishlar bilan kechadigan nevroz holatlarida ayniqsa samarali hisoblanadi.

Umumiy taʼsir mexanizmining xulosaviy tahlili

Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklarning biologik faol moddalari quyidagi yo'nalishlarda ta'sir ko'rsatadi:

markaziy asab tizimida tormozlanish jarayonlarini kuchaytiradi;

neyromediatorlar muvozanatini ta'minlaydi;

stress gormonlari sekretsiyasini pasaytiradi;

parasimpatik nerv tizimi faoliyatini rag'batlantiradi;

uyqu va psixoemotsional holatni normallashtiradi.

Experemintal qism: Tahlil qilingan ilmiy manbalarga asosan quyidagi natijalarga erishildi:

tinchlantiruvchi dorivor o'simliklar nevroz, stress va uyqusizlik holatlarida samarali ekanligi aniqlandi;

ularni uzoq muddat qo'llashda nojo'ya ta'sirlar kam kuzatiladi;

fitopreparatlar sintetik sedativ vositalarga nisbatan xavfsiz hisoblanadi;

kompleks terapiyada qo'llanganda davolash samaradorligi oshadi.

Xulosa

Tinchlantiruvchi dorivor o'simliklar zamonaviy tibbiyotda muhim o'rin tutadi. Ularning tabiiyligi, xavfsizligi va yuqori terapevtik samarasi asab tizimi kasalliklarini davolashda keng qo'llash imkonini beradi. Ilmiy tadqiqotlar fitoterapiyani rivojlantirish va amaliyotga joriy etish zarurligini tasdiqlaydi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

- 1.Karomatov I.D. Fitoterapiya asoslari. – Toshkent: Tibbiyot, 2019.
- 2.Murodov A.M. Dorivor o'simliklar va ularning shifobaxsh xususiyatlari. – Samarqand, 2020.
- 3.Xasanova G.Sh. Tabiiy dorivor vositalarning tibbiyotda qo'llanilishi. – Toshkent, 2021.WHO. Monographs on Selected Medicinal Plants. – Geneva, 2018.
- 4.Чулков В.А. Адаптогены растительного происхождения. – Москва: Медицина, 2017.

- 5.Kodirov, N. D., Kungratova, M. I., & Muhammadova, Z. G. (2025). Quvvatlantiruvchi dorivor o'simliklarning tibbiyotdagi ahamiyati. *Tadqiqotlar*, 76(7), 15–19.
- 6.Daminovich, K. N., & Kizi, T. S. K. (2025). Improving pharmaceutical services in community pharmacies: strategies for quality enhancement. *Shokh Library*.
- 7.Kodirov, N., Galiakhmetova, E., Nizamova, A., Kudashkina, N., Galiakhmetova, R., & Rashitovna, S. (2024). Biological study of *Gynostemma pentaphyllum* (Thunb.) Makino. In *BIO Web of Conferences* (Vol. 93, p. 02001). EDP Sciences.
- Daminovich, K. N. (2025). The role of zinc in providing a healthy nutrition. *Shokh Library*, 1(13).
- 8.Kodirov, N. D., & Najmitdinov, X. B. (2023). Farmatsevtika va tibbiyotda nanotexnologik metodlarni qo'llash. *Vestnik nauki*, 1(11(68)), 980–985.
- 9.Kodirov, N. D. Dori vositalarini saqlash jarayonida ularning sifati va xavfsizligini ta'minlashning zamonaviy yondashuvlari. 7.Кодиров, Н. Д. (2025). ВЛИЯНИЕ ПРИРОДНЫХ АЛКАЛОИДОВ НА ПЕРВНУЮ СИСТЕМУ: МЕХАНИЗМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. *Экономика и социум*, (6-1 (133)), 1149-1154.
- 10.Кодиров, Н. Д., & Нажмитдинов, Х. Б. (2023). ПРИМЕНЕНИЕ РАСТЕНИЙ РОДА PSORALEA В МЕДИЦИНЕ И В ФАРМАЦЕВТИКЕ. *Вестник науки*, 1(11 (68)), 986-991.
- 11.Mustafayevich, O. S., & Raxmatullayevna, X. G. (2025). STUDY OF THE EFFECTS OF EXTERNAL CONDITIONS ON THE PERFORMANCE OF THE "TPG-SN4" METHANE DETECTOR. *Research Focus*, 4(6), 32-36.
12. Hasanova G. R., Burhanova D. S. & Norkulova H. S. (2025). GEL'MINTOZLARNI TASHXISLASHDA ZAMONAVIY BIOTEXNOLOGIYALAR: PTSR, IFA VA BOSHQA USULLAR. *Development Of Science*, 11(5), pp. 320-327. <https://doi.org/0>
13. Хасанова, Г. Р. (2025). ХИМИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В КОРНЕВИЩАХ И КОРНЯХ ДЕВЯСИЛ

ВЫСОКИЙ-INULA HELENIUM L., ПРОИЗРАСТАЮЩЕГО НА
ТЕРРИТОРИИ СРЕДНИЙ АЗИИ. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И
ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 79(3), 157-164.