

DORIVOR SARSABIL (*ASPARAGUS OFFICINALIS* L.) O'SIMLIGINI SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI VA XALQ TABOBATIDA ISHLATILISHI

D.B. Berdibaeva

dotsent, Toshkent davlat agrar universiteti

D.A. Raimova

magistr, Toshkent davlat agrar universiteti

Annotatsiya. Ushbu maqolada sarsabil (sparja) o'simligining kelib chiqishi va tarqalishi hamda foydalanilishi haqida ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: sparja (sarsabil), sabzavot, lolaguldoshlar, kaltabarg, ko'p yillik sarsabil novdalari, hosildorlik.

Annotatsion. This scientific article provides extensive information about *Asparagus*, it is biological composition, cultivation and propagation worldwide.

Keywords: *Asparagus*, vegetable, Liliaceae, short leaf, perennial *Asparagus* branches, productivity.

Dorivor sarsabil (*Asparagus officinalis* L.) – lolaguldoshlar oilasiga mansub sabzavot va manzarali dorivor o'simlikdir [1, 2]. Uning Yevropa, Osiyo va Afrikada 150 turi bor. O'zbekistonda 2 turi yovvoyi holda uchraydi. Kaltabarg sarsabil (*A. Brachyphyllus* Turez.), persid sarsabil (*A. Persicus* Baker.) ko'p yillik, chirmashib o'sadigan o't. Ikkala turi ham boshqa belgilari bilan bir-biriga o'xshash, bo'yi 50-150 sm. Barglari mayda, barg qo'ltig'ida ninasimon ko'rinishda. Shakli o'zgargan shoxchalar – kladodiyalar hosil qiladi. Mevasi rezavor, rangi qizil. May oyida gullab, iyunda meva beradi. To'qaylarda o'sadi [3, 4].

Dorivor sarsabil (*A. officinalis*) Yevropaning markaziy va janubiy qismida, Kavkazorti va Shimoliy Kavkazda keng tarqalgan. Sabzavot sifatida ekiladi; uning yosh novdalari ovqatga ishlatiladi. Tarkibida 2% oqsil, 2,4% uglevodlar (klechatkadan tashqari), vitaminlar B, B², PP, provitamin A mavjud. Sarsabildan asparagin olinadi. Hosildorligi 30–35 s/ga. Sarsabil ekilgan maydonlardan 10–15 yil hosil olinadi. Sarsabil *asparagus* nomi bilan manzarali o'simlik sifatida ham o'stiriladi [5].

Bahorda, qush gilosi gullaganda, quyoshli qumli yonbag'irlarda, o'rmonlarning chekkalarida, ustunlar bilan qoplangan, membranali tarozilar bilan qoplangan suvli qushqo'nmas kurtaklari paydo bo'ladi – bular o'zgartirilgan barglar bo'lib, ularning qo'ltiqlarida kurtaklar mavjud. Ayniqsa u bog'da yetishtirilganda uning poyalarining balandligi bir metrdan oshadi. Gullari mayda, qo'ng'iroqsimon, yashil-sariq, mevasi sharsimon qizil rezavordir.

Dorivor xomashyo ildiz va yosh kurtaklar, mevalardir. Ildiz va ildizlarda asparagin va saponin, kurtaklarda – asparagin, karotin va B, C vitaminlari, yog'lar va shakar mevalarda uchraydi.

Eng qizig'i, ko'p mamlakatlarda sarsabil dorivor o'simliklar sirasiga kiradi. U arterial qon bosimini pasaytirib, yurak qisqaruvi ritmini sekinlashtiradi, periferik tomirlarni kengaytiradi va charchoqni oladi. Qolaversa, sarsabil organizmdan zararli moddalarni chiqarib tashlashga yordamlashadi, shuning uchun u buyrak, yurak, bod, podagra va boshqa kasalliklarda tavsiya qilinadi. Sarsabil vitamin va minerallarga boy, ko'p miqdorda foliy kislotasiga ega. U immunitetni mustahkamlash va ko'rish qobiliyatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Sarsabil qadimgi Misrda xudolar ozuqasi, deb hisoblangan bo'lsa, Fransiyada "sabzavotlar qiroli" deb atalgan. Uni iste'mol qilish borasida Germaniya yetakchi hisoblanadi. Darvoqe, bu yerda oq sarsabilni iste'mol qilishni afzal ko'rishadi, boshqa ko'p mamlakatlarda esa asosan, sarsabilning yashil, shuningdek, kam uchraydigan binafsharang navi ommalashgan.

Sarsabil (sparja) foydali va juda xushta'm mahsulot hisoblanadi. Ushbu sabzavotdan taom tayyorlash bo'yicha ko'plab reseptlarni topish mumkin, yangi sarsabil (sparja) novdalari uchini xomligicha iste'mol qilsa bo'ladi. Sarsabil (sparja)dan tayyorlangan taomlar o'ta tansiq sanaladi. Sarsabilni, shuningdek, asosiy taom sifatida ham tanovul qilish mumkin. O'simlik yallig'lanishga qarshi, og'riq qoldiruvchi, qonni tozalovchi va tinchlantiruvchi ta'sirga ega.

Ildiz qaynatmasi revmatizm, bo'g'im og'rig'i, teri kasalliklari (toshmalar), siydik pufagi va siydik yo'llarining yallig'lanishi, siyish qiyinligi, buyrak kasalliklari, tinchlantiruvchi vosita sifatida – epilepsiya yurak urishi uchun ishlatiladi.

Sarsabildan tayyorlangan preparatlar qon tomirlarini kengaytiruvchi ta'sirga ega. U yuqori qon bosimi uchun va yurak qisqarishini kuchaytiruvchi vosita sifatida ishlatiladi [6]. Sarsabilning yashil qismlari ginekologik qon ketish, nevrasteniya va o'pka tuberkulozi uchun gemostatik vosita sifatida ishlatiladi.

Sarsabildan tayyorlangan preparatlar nefrolitiaz, sistit, prostatit, oshqozon kasalliklari, siydik pufagidagi toshlar uchun ishlatiladi. Sarsabil preparatlari antiaterosklerotik ta'sirga ega, metabolizmga ijobiy ta'sir ko'rsatadi, xloridlar, fosfatlar, siydik kislotasi va karbamidning tanadan chiqarilishiga yordam beradi.

Sarsabil uzoq vaqtdan beri diabet uchun parhez ovqatlanishda ishlatilgan. Bolgariyada Sarsabil jigar serrozi, prostata adenomasini davolashda va laktojenik vosita sifatida ishlatiladi. Sarsabil mevasi dizenteriya uchun ishlatiladi [7].

Sarsabilni qabul qilish qon bosimini pasaytiradi, yurak mushaklarining qisqarishini oshiradi, yurak tezligini sekinlashtiradi, periferik tomirlarni kengaytiradi va ekstrakti qon bosimining uzoqroq pasayishini ta'minlab beradi, hech qanday nojo'ya ta'sirlar kuzatilmaydi. Qushqo'nmas qaynatmalari buyraklar va siydik pufagi kasalliklarida foydalanish uchun tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. SSSR dorivor o'simliklar atlası / Ch. ed. akad. N. V. Tsitsin. M.: Medgiz, 1962. S. 14-16. 702 b.
2. Gubanov, I. A. va boshqalar 342. Qushqo'nmas officinalis L. – Officinalis qushqo'nmas // Markaziy Rossiya o'simliklari uchun tasvirlangan qo'llanma. 3 t. M.: T-in ilmiy. ed. KMK, In-t texnolog. issl., 2002. V. 1. Paporotniklar, otquloqlar, klub moxlari, gimnospermlar, angiospermlar (monokotlar). S. 452.
3. Dudchenko L. G., Kozyakov A. S., Krivenko V. V. Achchiq aromatik va achchiq ta'mli o'simliklar: Qo'llanma / Ed. ed. K. M. Sytnik. K.: Ilmiy fikr. 1989. 304 b.
4. Elenevskiy A.G., M.P. Solovyova, V.N. Tixomirov // Botanika. Yuqori yoki quruqlikdagi o'simliklarning sistematikasi. M. 2004. 420 b.
5. Alekseychik N.I., Sanko V.A. Sparja lekarstvennaya. Darm lesov, poley, lugov. Kultura i sport. – 1994. – S.230-233.
6. Raupkin A. Sparja – podspore dlya dalnovidnogo fermeri. Belarus. selxozvo, 2017. – №2. – 2017. – S.74-76.
7. Safonov N.N. Sparja aptechnaya, sparja obiknovennaya. Domashnyaya ensiklopediya polezntix rasteniy. MTOO, Transport. – 1995. – S.136-137.