

НАШ ДОЛГ — СОХРАНИТЬ И ЗАЩИЩАТЬ РАСТИТЕЛЬНЫЙ МИР.

Хасанова Гулбахор Рахматуллаевна ассистент
Самаркандского Государственного медицинского университета
Кафедра Фармакогнозия и фармацевтических технологии.

Студентка 3 курса Эшонкулова Лола Шухратовна

Студент 6 курса Ботиров Хуршедбек Тулкинович.

Ташкентский государственный медицинский университет

Актуальность: Растительный мир представляет собой самый доступный и недорогой источник целебных веществ, созданных самой природой. Здоровье человека — одна из важнейших проблем современной медицины, и именно растения занимают значимое место в его сохранении, укреплении и улучшении. В быту люди нередко применяют лекарственные травы, овощи, фрукты и ягоды как лечебные средства: из них готовят настои, отвары, компоты, а также употребляют в свежем виде. Современному человеку важно знать не только состав, но и полезные свойства этих природных продуктов. Главным преимуществом растительных средств перед синтетическими препаратами является их безвредность для организма.

Цель: Ещё в древности люди хорошо знали о лечебной силе растений и широко использовали их при различных болезнях, а также в диетическом питании. Народная и традиционная медицина, накопившая многовековой опыт, не утратила своей актуальности и сегодня. Об этом свидетельствуют многочисленные трактаты древних врачей, в которых описаны рецепты и способы лечения с помощью фитотерапии и растительной пищи. Анализ старинных источников показывает, что древние знания во многом перекликаются с достижениями современной науки. Поэтому изучение и проверка на практике ценного наследия прошлых поколений открывает большие перспективы для профилактики и терапии многих заболеваний. Пищевые,

овощные, фруктовые и зернобобовые растения — это настоящие дары природы. Они обеспечивают человека не только питательными веществами, но и множеством биологически активных соединений, необходимых для нормального функционирования организма. Сегодня доказано, что поддержание жизнедеятельности невозможно без достаточного количества растительной пищи, особенно свежих фруктов и овощей. По расчётам специалистов, в рационе человека должно присутствовать не менее 1,3 кг растительных продуктов ежедневно. Такое питание способствует укреплению иммунитета, повышает устойчивость организма к неблагоприятным факторам, снижает риск заболеваний и помогает сохранять здоровье и долголетие (Г. Спиридонов, 1984). Человек с давних времён не только пользовался дарами природы, но и активно совершенствовал их. Благодаря его труду появились десятки культурных сортов растений, создано множество гибридов зернобобовых, овощных и фруктовых культур, отличающихся высокой урожайностью, питательностью, устойчивостью к внешним воздействиям и нередко — повышенным содержанием полезных веществ. Стремление человека к новым открытиям описал Рабиндранат Тагор, говоря, что именно жажда недостижимого рождает лучшие творения. Это стремление движет людьми и в области медицины: изучая природу, человек раскрывает её тайны и находит новые источники целительных средств. Отношения между человеком и растительным миром издавна интересовали учёных. О пользе растений писали великие врачи — Гиппократ, Гален, Диоскорид, Авиценна, Рази, Абу Мансур и многие другие. **Вывод:** Благодаря их трудам изучены многочисленные свойства лекарственных и пищевых растений. Однако стоит помнить, что среди них встречаются и такие, которые при неправильном употреблении могут вызвать отравления и заболевания. Поэтому важно исследовать не только их полезные, но и возможные токсические эффекты. Биологически активные вещества растений оказывают многостороннее фармакологическое воздействие: участвуют в обменных процессах, регулируют работу органов, восстанавливают

и укрепляют внутренние ресурсы организма. Природа, как неисчерпаемый источник жизненной силы, хранит решения множества вопросов, связанных с поддержанием здоровья человека.

Литературы

1. Абу Али ибн Сина. Канон врачебной науки. Кн. 2. – Ташкент: Изд-во АН УзбССР, 1956. – 820 с.
2. Абу Али ибн Сина. Канон врачебной науки. Кн. 5. – Ташкент: Изд-во АН УзбССР, 1960 – 330 с.
3. Xolmatov X.X, Axmedov U.A Farmakognoziya — 2 qism.-Toshkent: Fan, 2007.- 400 bet.
4. Пўлатова Т.П, Холматов Х.Х. Фармакогнозия амалиёти — Тошкент: Абу Али Ибн Сино номидаги тиббиёт нашриёти, 2002.-360 бет.
5. Самылина И.А., Аносова О.Г. Фармакогнозия. Атлас: учебное пособие в 2-х томах.- М.:ГЭОТАР-Медиа, 2007.-Т.1.-192 с.
6. WILD PLANTS AS AN OBJECT OF STUDY, LIFE SAFETY, USE IN MEDICINE AND INDUSTRY
MODERN EDUCATION AND DEVELOPMENT ISSN 3060-4567. Khasanova Gulbahor Rakhmatullaevna. Часть-4_ Январь –2025 Выпуск журнала №-18 Стр111-121.
7. Хасанова, Г. Р., Тошпулатов, Ш. Ш., Расулов, К. Г., & Мамиров, Д. У. (2025). КОРИАНДР ПОСЕВНОЙ–CORIANDRUM SATIVUM L. Modern education and development, 18(4), 80-92.54.
8. Raxmatullayevna, X. G., Ko'chimova, F. S., Jumaboyeva, S. E., & Xushvaqtovich, Q. D. (2025). SARIQ PARPIGUL-GENTIAN LUTEA L. Modern education and development, 18(4), 69-
9. Хасанова, Г. Р., Беканов, Б. С., Бахитов, Ш. Т., & Ходжаева, Ж. К. (2025). ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА КАЛАНХОЭ. Modern education and development, 18(4), 93-110.

10. Хасанова, Г. Р., Кунгратова, М. И., Исломов, О. И., & Норкулова, Х. Ш. (2025). ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ–HYPERIGUM PERFORATUM L. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 62(5), 130-144.
11. Хасанова, Г. Р., Абдуллаева, А. З., & Икрамова, Н. Б. (2025). ЧАГА ИЛИ БЁРЕЗОВЫЙ ГРИБ–JNONOTUS OBLIQUUS (PERS.) PILL. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 62(5), 116-129.
12. Хасанова, Г. Р., Рахманова, Н. И., & Иззатуллаева, С. Т. (2025). ОБЛЕПИХА КРУШИНОВИДНАЯ–HIPPOPHAE RHAMNOIDES L. Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi, 38(1), 164-174.
13. Хасанова, Г. Р., Рахманова, Н. И., & Сатторов, Ш. И. (2025). ЗИРА–BUNIMUM PERSICUM. Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi, 38(1), 174-183.