

TIBBIY REABILITATSIYADA FITOTERAPIYANING KLINIK AHAMIYATI

Alfraganus Universiteti Tibbiyot fakulteti
davolash ishi yo'nalishi 4 - kurs talabasi
Karimjonova Mashhura

Annotatsiya; Mazkur maqolada tibbiy reabilitatsiya jarayonida fitoterapiya usullarining o'rni, ularning fiziologik va biokimyoviy ta'sir mexanizmlari, shuningdek, klinik amaliyotda qo'llanish samaradorligi yoritilgan. Fitoterapiyaning asosiy maqsadi organizmning tabiiy tiklanish jarayonlarini rag'batlantirish, dorivor o'simliklar orqali immun, asab, yurak-qon tomir, ovqat hazm qilish tizimlari faoliyatini normallashtirishdan iborat. Tadqiqotlar natijasida aniqlanishicha, fitoterapiya reabilitatsiya bosqichida farmakoterapiyani to'ldiruvchi va yon ta'sirlarni kamaytiruvchi muhim usul sifatida keng qo'llanilishi mumkin.

Kalit so'zlar: fitoterapiya, reabilitatsiya, dorivor o'simliklar, fizioterapiya, farmakoterapiya, adaptogenlar, fitokimyo.

So'nggi yillarda tibbiy reabilitatsiyada tabiiy vositalardan, xususan, dorivor o'simliklardan foydalanish yo'nalishi jadal rivojlanmoqda. Fitoterapiya inson organizmiga kompleks tarzda ta'sir etib, fiziologik jarayonlarni tiklash, immun tizimini mustahkamlash va kasallikdan keyingi sog'ayish jarayonini tezlashtirishga yordam beradi. Zamonaviy tibbiyotda fitoterapiya nafaqat mustaqil, balki dori vositalar bilan birgalikda qo'llaniladigan muhim yordamchi usul sifatida ham e'tirof etilmoqda.

Fitoterapiya tushunchasi va mohiyati; Fitoterapiya — bu dorivor o'simliklardan tayyorlangan vositalar yordamida kasalliklarni davolash va oldini olishga qaratilgan tibbiy yo'nalishdir. U fiziologik jarayonlarni yumshoq tarzda tartibga soladi, zaharlanish xavfi past bo'lganligi sababli, ayniqsa reabilitatsiya davrida qo'llash uchun qulaydir. Fitoterapiya vositalari adaptogen, antioksidant, yallig'lanishga qarshi, spazmolitik, immunostimulyator, sedativ, diuretik va boshqa ko'plab farmakologik xususiyatlarga ega. Tibbiy reabilitatsiya kasallik, jarohat yoki jarrohlik amaliyotidan

so'ng organizm funksiyalarini tiklashga qaratilgan kompleks chora-tadbirlar tizimidir. U quyidagi bosqichlardan iborat: 1. Erta rehabilitatsiya bosqichi – kasallikning o'tkir davridan keyingi davrda amalga oshiriladi. 2. Asosiy rehabilitatsiya bosqichi – fizioterapiya, mashqlar, parhez va fitoterapiya asosida sog'lomlashtirish tadbirlari o'tkaziladi. 3. Uzoq muddatli rehabilitatsiya – organizmni to'liq tiklash, qayta kasallanishni oldini olishga qaratilgan bosqich. Fitoterapiya aynan ikkinchi va uchinchi bosqichlarda muhim ahamiyat kasb etadi. Fitoterapiyaning rehabilitatsiyadagi afzalliklari; Fitoterapiya quyidagi afzalliklarga ega: Tabiiylik va xavfsizlik: dorivor o'simliklarda sintetik dori vositalariga qaraganda toksik ta'sir juda past. Kompleks ta'sir: bir o'simlik bir vaqtning o'zida bir nechta tizimga foydali ta'sir ko'rsatadi. Moslashuvchanlik: bemorning yoshiga, holatiga va kasallik turiga qarab oson moslashtiriladi. Yon ta'sirlarni kamaytiradi: kimyoviy dorilar bilan birgalikda qo'llanganda organizm yukini kamaytiradi. Masalan, yurak kasalliklarida g'ulom (*Crataegus oxyacantha*), asab tizimi buzilishlarida valeriana, jigar faoliyatida sutqaymoq (*Silybum marianum*), yallig'lanishlarda romashka, zanjabil, moychechak kabi o'simliklardan foydalanish keng tarqalgan. Dorivor o'simliklar tarkibidagi biologik faol moddalarning (flavonoidlar, alkaloidlar, saponinlar, efir moylari, organik kislotalar, vitaminlar) o'zaro ta'siri natijasida: qon aylanish yaxshilanadi, antioksidant himoya kuchayadi, yallig'lanish mediatorlari faolligi pasayadi, hujayra regeneratsiyasi tezlashadi, immun javob normallasadi.

Masalan, adaptogenlar (jenshen, eleuterokokk, limonnik) organizmni stress va jismoniy zo'riqishga chidamli qiladi; antioksidant o'simliklar (yashil choy, atirgul mevasi, sabzi) esa hujayralarni oksidlovchi zarardan himoya qiladi. Klinik amaliyotda fitoterapiya misollari 1. Kardiologik rehabilitatsiya: G'ulom ekstrakti yurak mushaklarining qon bilan ta'minlanishini yaxshilaydi, aritmiyalarni kamaytiradi, qon bosimini me'yorda ushlab turadi. 2. Neyrorehabilitatsiya: Valeriana, melissa, lavanda, pasiflora kabi o'simliklar asab tizimini tinchlantiradi, uyquni yaxshilaydi. 3. Gastroenterologik rehabilitatsiya: Moychechak, arpabodiyon, yalpiz va zanjabil oshqozon-ichak tizimining yallig'lanishini kamaytiradi, peristaltikani

normallashtiradi. 4. Endokrin tizim kasalliklarida: Qandli diabetda momordika, dolchin va ko'kat choylari qand miqdorini barqarorlashtiradi. 5. Onkologik reabilitatsiya: Fitoterapiya kimyoterapiya va radioterapiya davrida immunitetni saqlash, ovqat hazm qilish tizimini qo'llab-quvvatlash uchun qo'llaniladi.

Fitoterapiya va farmakoterapiya o'rtasidagi integratsiya; Ko'plab klinik tadqiqotlar fitoterapiya va farmakoterapiya kombinatsiyasi bemorlarning umumiy sog'ayish jarayonini tezlashtirishini ko'rsatadi. Masalan, yurak kasalliklarida beta-blokatorlar bilan birgalikda g'ulom preparatlari, surunkali gastritda proton nasos inhibitörlari bilan moychechak infuziyalari muvaffaqiyatli qo'llanadi. Bu yondashuv "komplementar tibbiyot" konsepsiyasiga mos bo'lib, zamonaviy reabilitatsiyaning asosiy yo'nalishlaridan biridir.

Fitoterapiyada xavfsizlik masalalari; Tabiiy vositalar ham noto'g'ri qo'llanganda zararli bo'lishi mumkin. Shu sababli: o'simliklarning farmakologik xususiyatlari va dozalari aniqlanishi zarur; boshqa dori vositalari bilan o'zaro ta'siri baholanishi kerak; allergik holatlar, homiladorlik yoki bolalik davrida ehtiyotkorlik bilan qo'llanilishi lozim. Shu bilan birga, fitoterapiya har doim shifokor yoki fitoterapevt nazorati ostida amalga oshirilishi tavsiya etiladi.

Xulosa;

Fitoterapiya — tibbiy reabilitatsiyaning muhim tarkibiy qismi bo'lib, u organizmning tabiiy tiklanish mexanizmlarini faollashtiradi, dori vositalarining samaradorligini oshiradi hamda ularning nojo'ya ta'sirlarini kamaytiradi. Zamonaviy klinik amaliyotda fitoterapiyani farmakoterapiya, fizioterapiya, dietoterapiya va psixoterapiya bilan uyg'un qo'llash reabilitatsiya jarayonini yanada samarali qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullayev A. va boshqalar. Fitoterapiya asoslari. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2021.
2. Karimov Sh. Reabilitatsiya tibbiyotining zamonaviy yo'nalishlari. – Toshkent, 2022.
3. WHO Monographs on Selected Medicinal Plants. – Geneva: World Health Organization, 2019.

4. Ernst E., Pittler M.H. The role of herbal medicine in clinical rehabilitation. – Phytomedicine Journal, 2020.
5. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Fitoterapiya bo‘yicha amaliy tavsiyalar. – Toshkent, 2023.