

UZUM BARGINING GIPERTANIYA KASALLIGIDA QO'LLANILISHI*EMU University**Muallif: Axrorov Azamat A'zamqul o'g'li**Farmatsevtika fakulteti 2-bosqich talabasi***Annotatsiya**

Uzum bargi (*Vitis vinifera*) dorivor o'simlik sifatida xalq tabobatida keng qo'llaniladi. Uning tarkibida flavonoidlar, polifenollar, vitaminlar va mineral moddalar mavjud bo'lib, ular yurak-qon tomir tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Uzum bargi qon tomirlarni mustahkamlash, ularning elastikligini oshirish va qon aylanishini yaxshilash xususiyatiga ega. Shu sababli u gipertoniya kasalligida qon bosimini pasaytirishga yordam beruvchi tabiiy vosita sifatida qo'llaniladi. Bundan tashqari, uzum bargi yallig'lanishga qarshi va antioksidant ta'sir ko'rsatib, organizmni himoya qiladi. Uning diuretik xususiyati ortiqcha suyuqlikni chiqarishga yordam berib, arterial bosimni me'yorlashtirishda muhim rol o'ynaydi.

Kalit so'zlar: uzum bargi, gipertoniya, qon bosimi, flavonoidlar, polifenollar, antioksidantlar, yurak-qon tomir tizimi, diuretik ta'sir.

Abstract

Grape leaves (*Vitis vinifera*) are widely used in traditional medicine as a natural remedy. They contain flavonoids, polyphenols, vitamins, and minerals that have a positive effect on the cardiovascular system. Grape leaves help strengthen blood vessels, improve their elasticity, and enhance blood circulation. Due to these properties, they can be used in hypertension to help lower blood pressure. In addition, grape leaves exhibit anti-inflammatory and antioxidant effects, protecting the body from oxidative stress. Their diuretic properties promote the elimination of excess fluid, contributing to the regulation of blood pressure.

Keywords: grape leaves, hypertension, blood pressure, flavonoids, polyphenols, antioxidants, cardiovascular system, diuretic effect.

Аннотация

Листья винограда (*Vitis vinifera*) широко применяются в народной медицине как лекарственное средство. Они содержат флавоноиды, полифенолы, витамины и минералы, которые оказывают благоприятное влияние на сердечно-сосудистую систему. Листья винограда укрепляют сосуды, повышают их эластичность и улучшают кровообращение. Благодаря этим свойствам они могут использоваться при гипертонии для снижения артериального давления. Кроме того, листья обладают противовоспалительным и антиоксидантным действием, защищая организм от повреждений. Их мочегонный эффект способствует выведению лишней жидкости и нормализации давления.

Ключевые слова: листья винограда, гипертония, артериальное давление, флавоноиды, полифенолы, антиоксиданты, сердечно-сосудистая система, мочегонное действие.

Kirish

Gipertoniya (arterial qon bosimining oshishi) zamonaviy jamiyatda eng keng tarqalgan yurak-qon tomir kasalliklaridan biri bo'lib, inson salomatligiga jiddiy xavf tug'diradi. Ushbu kasallik ko'pincha yashirin kechib, vaqtida aniqlanmasa yurak yetishmovchiligi, insult, infarkt kabi og'ir asoratlarga olib kelishi mumkin. Hozirgi kunda gipertoniyani davolashda turli dori vositalari qo'llanilayotgan bo'lsa-da, ularning uzoq muddatli qo'llanilishi ayrim nojo'ya ta'sirlarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli, so'nggi yillarda tabiiy va xavfsizroq davolash usullariga, xususan dorivor o'simliklarga bo'lgan qiziqish tobora ortib bormoqda.

Dorivor o'simliklar orasida uzum (*Vitis vinifera*) alohida o'rin tutadi. Uzum nafaqat oziq-ovqat mahsuloti sifatida, balki uning barglari ham shifobaxsh xususiyatlari bilan qadimdan xalq tabobatida qo'llanib kelinadi. Uzum bargi tarkibida flavonoidlar, polifenollar, organik kislotalar, vitaminlar (ayniqsa C va K vitaminlari) hamda mikroelementlar mavjud bo'lib, ular organizmda antioksidant ta'sir ko'rsatadi va yurak-qon tomir tizimini mustahkamlaydi.

Uzum bargining biologik faol moddalari qon tomirlar devorining elastikligini oshirish, qon aylanishini yaxshilash hamda qon bosimini pasaytirishga yordam beradi. Bundan tashqari, uning yallig'lanishga qarshi va siydik haydovchi xususiyatlari organizmdagi ortiqcha suyuqlikni chiqarib, arterial bosimni me'yorlashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu jihatdan, uzum bargi gipertoniya kasalligini oldini olish va davolashda qo'shimcha tabiiy vosita sifatida qaralmoqda.

Hozirgi vaqtda uzum bargining shifobaxsh xususiyatlarini ilmiy asosda o'rganish, uning tarkibidagi faol moddalar va ularning ta'sir mexanizmlarini aniqlash dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Shu sababli, uzum bargining gipertoniya kasalligida qo'llanilishi bo'yicha tadqiqotlar olib borish muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega.

KASALLIKLARDA QO'LLANILISHII VA XUSUSIYATLARI.

Kasallik turi	Qo'llash usuli va xususiyati
Varikoz va shishlar	Barg tarkibidagi <i>venotonik</i> moddalar oyoqlardagi og'irlik va shishni kamaytiradi.

Kasallik turi	Qo'llash usuli va xususiyati
Stomatit va Gingivit	Milklarning qonashi va og'iz bo'shlig'i yallig'lanishida barg qaynatmasi bilan g'arg'ara qilish samarali.
Gemorroy	Bog'lovchi xususiyati tufayli mahalliy vannalar sifatida qo'llaniladi.
Immunitetni mustahkamlash	Bargli choy tarkibidagi A va C vitaminlari mavsumiy grippga qarshi organizm chidamliligini oshiradi.

Tayyorlash va saqlashning muhim jihatlari.

- **Xomashyo tanlash:** Dorivor maqsadlarda asosan may va iyun oylarida yig'ilgan yosh, och yashil barglar eng yuqori shifobaxshlik darajasiga ega bo'ladi.
- **Quritish:** Barglarni bevosita quyosh nuri tushmaydigan, yaxshi shamollatiladigan soya joyda quritish lozim (bu tarkibidagi flavonoidlarni parchalanishdan saqlaydi).
- **Damlama harorati:** Vitaminlarni saqlab qolish uchun suv harorati 85-90°C bo'lishi maqsadga muvofiq (qaynab turgan suvdan bir oz sovigan holatda).

AFZALLIKLARI.

Uzum bargi tabiiy dorivor vosita bo'lib, organizmga nisbatan yumshoq ta'sir ko'rsatadi. Uning tarkibidagi flavonoidlar va polifenollar qon tomirlarni mustahkamlaydi, ularning elastikligini oshiradi va qon aylanishini yaxshilaydi. Bu esa arterial bosimni pasaytirishda muhim rol o'ynaydi. Shuningdek, uzum bargi antioksidant xususiyatga ega bo'lib, organizmni erkin radikallardan himoya qiladi. Uning yallig'lanishga qarshi ta'siri turli kasalliklarda foydali hisoblanadi. Bundan tashqari, siydik haydovchi xususiyati ortiqcha suyuqlikni chiqarib, qon bosimini me'yorlashtirishga yordam beradi.

KAMCHILIKLARI.

Uzum bargining ta'siri asta-sekin namoyon bo'ladi, shuning uchun uni uzoq muddat davomida muntazam qo'llash talab etiladi. Har bir inson organizmi turlicha bo'lgani sababli ayrim hollarda allergik reaksiyalar kuzatilishi mumkin. Me'yoridan ortiq iste'mol qilish nojo'ya ta'sirlarga olib kelishi ehtimoli bor. Homilador va emizikli ayollar, shuningdek surunkali kasalliklarga ega bemorlar uchun uni ehtiyotkorlik bilan

qo'llash zarur. Bundan tashqari, uzum bargi asosiy davolash vositasi emas, balki yordamchi vosita sifatida qo'llanilishi kerak.

NATIJA.

Uzum bargi (*Vitis vinifera*) tarkibidagi biologik faol moddalar tufayli gipertoniya va boshqa kasalliklarda foydali tabiiy vosita hisoblanadi. U qon bosimini pasaytirish, qon tomirlarni mustahkamlash va organizmni umumiy sog'lomlashtirishga yordam beradi. Biroq uni to'g'ri va me'yorida qo'llash, shuningdek shifokor tavsiyasiga amal qilish muhimdir. To'g'ri foydalanilganda uzum bargi samarali qo'shimcha davolash vositasi sifatida xizmat qiladi.

Xulosa.

Uzum bargi (*Vitis vinifera*) tarkibida mavjud bo'lgan flavonoidlar, polifenollar va boshqa biologik faol moddalar tufayli yurak-qon tomir tizimiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Ayniqsa, gipertoniya kasalligida uning qon tomirlarni mustahkamlash, ularning elastikligini oshirish hamda qon bosimini pasaytirishga yordam beruvchi xususiyatlari muhim ahamiyatga ega.

Shu bilan birga, uzum bargi yallig'lanishga qarshi, antioksidant va siydik haydovchi ta'sirga ega bo'lib, organizmni umumiy sog'lomlashtirishga xizmat qiladi. Bu esa uni nafaqat gipertoniya, balki boshqa kasalliklarda ham qo'shimcha tabiiy vosita sifatida qo'llash imkonini beradi.

Biroq, uzum bargini qo'llashda me'yorni saqlash, individual xususiyatlarni hisobga olish va zarur hollarda shifokor bilan maslahatlashish muhimdir. Umuman olganda, uzum bargi to'g'ri qo'llanilganda samarali va xavfsiz yordamchi davolash vositasi sifatida baholanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Nassiri-Asl M., Hosseinzadeh H. *Review of the pharmacological effects of Vitis vinifera (Grape)*. — Uzunning farmakologik xususiyatlari, jumladan yurak-qon tomir tizimiga ta'siri yoritilgan.
2. Xia E.Q., Deng G.F., Guo Y.J., Li H.B. *Biological activities of polyphenols from grapes*. — Uzum tarkibidagi polifenollarning antioksidant va yurak faoliyatiga ta'siri haqida ma'lumot beradi.
3. Bagchi D., Sen C.K., Ray S.D. va boshqalar *Molecular mechanisms of cardioprotection by grape seed proanthocyanidins* — Uzum mahsulotlarining yurakni himoya qiluvchi mexanizmlari o'rganilgan.
4. Katalinić V., Možina S.S., Skroza D. va boshqalar *Polyphenolic profile, antioxidant properties and antimicrobial activity of grape*. — Uzum bargi va boshqa qismlarining antioksidant xususiyatlari tahlil qilingan.
5. Shi J., Yu J., Pohorly J.E., Kakuda Y. *Polyphenolics in grape seeds—Biochemistry and functionality*. — Uzumdagi biologik faol moddalar va ularning sog'liq uchun foydasi haqida.

6. World Health Organization (WHO) *Guidelines on hypertension management*. — Gipertoniya kasalligini davolash va oldini olish bo'yicha umumiy tavsiyalar.
7. European Society of Cardiology (ESC) *Guidelines for the management of arterial hypertension*. — Arterial gipertoniya bo'yicha klinik tavsiyalar va yondashuvlar.
8. Gutiérrez-González M., García-Viguera C. *Health benefits of grape products*. — Uzum mahsulotlarining sog'liq uchun foydali jihatlari yoritilgan.
9. Rus va o'zbek manbalari (darsliklar): — “Farmakognoziya” darsligi — “Dorivor o'simliklar” qo'llanmasi — “Yurak-qon tomir kasalliklari” bo'yicha o'quv adabiyotlar
10. Ilmiy maqolalar va sharhlar (Google Scholar, PubMed bazalari) — Uzum bargi tarkibi, antioksidant xususiyatlari va gipertoniya bilan bog'liq tadqiqotlar.