



## ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ШАФРАНА (CROCUS SATIVUS)

*Ostonova Gulnoza Rashidovna*

*Osiyo xalqaro universiteti o`qituvchisi*

*Email: [ostonovagulnozarashidovna@oxu.uz](mailto:ostonovagulnozarashidovna@oxu.uz)*

**Аннотация:** Данная статья посвящена лечебным свойствам лекарственного растения шафран. Рассказано о способах приготовления драгоценного лекарства из шафрана.

**Ключевые слова:** Шафран, аллергия, невроз, серотонин.

Человечество интересовалось лекарственными растениями и лечением ими болезней с самого начала использования благ природы.

**Крокус** (*Crocus sativus* — лат.) — многолетнее травянистое луковичное растение, принадлежащее семейству крокусов. В дикой природе не встречается. Его выращивают на больших площадях в Индии, Пакистане, Китае, Южной Европе, Азербайджане. Диаметр луковицы 1-2 сантиметра. 5-15 листьев, бледно-желтые; Ширина 2 мм, голая. Цветков 1-4, выделения желтые, нижняя часть (внешняя сторона) пурпурного цвета, длина 2-4 см. Чангчилари короче шафрана. Чашечка длинная, шириной 6-7 мм.

Цветет в феврале-июле, плодоносит в апреле-августе. Имеет очень резкий и приятный запах благодаря наличию эфирного масла. Из 90-100 тысяч цветков шафрана получают 1 кг высушенных цветочных бутонов. Сушеные бутоны цветка шафрана применяют для улучшения цвета и вкуса варенья, тортов, продуктов питания (для окраски сыров, масла, ликеров и др.), парфюмерной промышленности. Его используют как лекарство в медицине.

Шафран — единственная пряность, цена и ценность которой не снизились со времен Средневековья. В средние века одну пачку (450 г) шафрана можно было обменять на породистую арабскую лошадь.

### **Свойства шафрана на здоровье человека**

С давних времен известно, что он обладает редкими и ни с чем не сравнимыми свойствами. Он облегчает боль, дарит радость и счастье, избавляет от депрессии, обладает свойством вырабатывать гормон счастья — серотонин. Таким образом, шафран — легкое психотропное вещество, к постоянному употреблению которого человек не привыкает.



Хаки́м Аюрве́ды отмечал, что шафран улучшает пищеварение, укрепляет органы чувств и дыхания, очищает печень, почки, лимфатические узлы, подавляет тремор, разгоняет застоявшуюся кровь в венах, осветляет цвет лица, активизирует сексуальную силу. В древние времена женщины, принадлежащие к общине Кибор, перед родами пили воду с растворенным в ней шафраном, чтобы облегчить боль.

В современной медицине его используют при приготовлении глазных капель и различных общеукрепляющих препаратов. Доказано, что шафран обладает антиканцерогенными и антимуtagenными свойствами. Если запить его кипящим молоком, то усиливается работа мозга и улучшается память. Если употреблять его с медом, он помогает расщеплять камни в почках. Раствор цветочных почек шафрана богат такими веществами, как каротин, тиамин, рибофламин, флавоноиды, кальций, фосфор и различными витаминами, необходимыми организму человека. За четыре тысячи лет использования было установлено его применение при лечении девяноста различных заболеваний.

Вдыхание аромата шафрана успокаивает человека, оказывая положительное влияние на органы дыхания, и помогает избавиться от бессонницы. В случае сильной головной боли и насморка в ушах боль облегчит хлопчатобумажная ткань или мягкая ткань, смоченная шафрановой водой и прижатая к пораженному участку. Это также уменьшает чувство вздутия живота.

Если шафран используется в избытке, это может вызвать сильное напряжение органов чувств. Помимо порчи продуктов, шафран, добавленный в пищу сверх нормы, может вызвать отравление, а употребление нескольких граммов свежесрезанного качественного шафрана может стать причиной смерти. Беременным женщинам не рекомендуется применять в качестве успокоительного средства без консультации специалиста.

При покупке шафрана желательно покупать целые волокнистые цветки, а не измельченные. Две тысячи лет назад Плиний предупреждал, что измельченный шафран может быть подделкой. В средние века любого, кто подделывал шафран, сжигали на костре. Настоящий шафран никогда не продавался дешево. Он не может храниться долго, поэтому его нельзя изъять заранее.

### **Целебные свойства шафрана**

Шафран улучшает пищеварение, улучшает аппетит, улучшает жизнедеятельность организма, люди используют его для укрепления желудка,



сердца, печени, органов дыхания и нервной системы, очищения почек, облегчения болей, как успокаивающее, мочегонное, желчегонное и потогонное средство. . Но его нельзя употреблять во время беременности, так как это может вызвать преждевременный выкидыш.

Шафран широко используется в фармацевтической промышленности, он входит в состав более 300 лекарственных средств восточной медицины. Его настойкой в древности лечили катаракту, и даже сейчас ее включают в состав глазных капель.

Шафран питает клетки всего организма, делает кожу гладкой, осветляет цвет, улучшает память и умственную деятельность, повышает настроение. Шафран обладает целебными свойствами, излечивающими более 100 заболеваний. Практически любое заболевание, будь оно в начальной стадии или в последней стадии развития, на 85-87% можно вылечить с помощью шафрана. Исследования доказали это снова и снова.

#### **К целебным свойствам шафрана относятся:**

- При лечении онкологических заболеваний (даже на последней стадии заболевания противостоит раковым опухолям и останавливает рост их клеток);
- Очищение крови (обновляет и очищает ее, следовательно, укрепляет сердечно-сосудистую систему, питает все клетки организма);
- Улучшает мозговую деятельность (растет ткани мозга, улучшает память);
- Избавляет от неврозов;
- Снимает головную боль и бессонницу;
- Нормализует деятельность желудочно-кишечного тракта;
- Избавьтесь от лишней травы;
- Лечит почки и мочевой пузырь (шафран, смешанный с медом, дробит камни в почках и мочевом пузыре);
- Оказывает антиоксидантное действие (улучшает энергетический обмен, выводит вредные вещества);
- Наполняет тело энергией;
- Восстанавливает зрение, лечит глазные заболевания;
- Улучшает эрекцию;
- Снимает боли во время менструального цикла;
- Лечит ожоги и отеки кожи;
- Снимает аллергию;
- Избавляется от алкоголизма;



- Изгоняет газы и спазмы;
- Омолаживает весь организм;
- Снижает уровень радиации в организме.

### **Универсальный рецепт употребления шафрана**

**Эффект:** общее укрепление и активизация организма. Хорошо очищает кровь. Укрепляет иммунитет. Предотвращает онкологические заболевания.

**Ингредиенты:** возьмите 2-3 цветка шафрана и 10 изюминок, залейте их половиной стакана холодной воды, оставьте на ночь – вода станет коричнево-золотистой. Его принимают утром на обед, и таким же образом утром готовят следующее стандартное лекарство для питья вечером. Продолжительность лечения - 2 месяца. Лучшее время для употребления этого лекарства – весна и лето.

### **Бесценные лечебные рецепты из шафрана**

- Для нормализации работы печени и ее лечения шафран измельчают, как муку, и употребляют через 20 минут после еды.

- Способ приготовления: едят, облизывая язык с кончика чайной ложки.

- Для повышения мужской потенции шафран, травы имбиря и черный перец добавляют после приготовления овощных, мясных или рыбных блюд.

- Смесь шафрана с водой применяют при лечении заболеваний сердца, почек, печени, конъюнктивитов, кератитов и гнойных ран. Для этого одну чайную ложку волокон шафрана заливают стаканом кипятка, оставляют на 20 минут, процеживают через 3 слоя марли, охлаждают и пьют по 15 г трижды в день перед едой или накладывают марлю, смоченную в этой воде. приложили к ране.

- Высушенные и измельченные волокна шафрана, смешанные с медом, кладут под язык и употребляют при лечении сосудистых заболеваний, катаракты, глаукомы, сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний, а также при дроблении камней в почках.

- Употребление шафрана, смешанного с кипящим молоком, положительно влияет на рост тканей мозга. Улучшает память, умственную деятельность и органы чувств.

- Прием сафлорового масла хорошо успокаивает нервы и улучшает сон, а также улучшает мочеиспускание.

- Чтобы избавиться от головной боли, возьмите 3 нити шафрана и смешайте их с 3–4 каплями топленого (топленого) масла. Хорошо перемешиваем и наносим на ноздри, остальное втягиваем в нос.



- При лечении внутренних кровотечений. Чайную ложку зарчавы смешиваем с 6-7 волокнами шафрана, заливаем смесь кипящим молоком и выпиваем.

- Для нормализации менструального цикла и уменьшения болей употребляют 5-10 зерен шафрана в день. В этом случае волокна можно медленно облизывать или есть с яблоками, медом и чаем.

- Для лечения заболеваний печени и крови используем 10 изюма, 3 нити шафрана и 100 г воды, разбавленной проточной водой. Настаивать эту смесь 8-9 часов. Каждый раз в течение полутора месяцев пейте свежеприготовленную и закаленную таким образом смесь.

- Добавляйте волокна шафрана в чай и пейте его для нормализации иммунной системы. Для этого положите в чайник 7-15 ниток шафрана и залейте 200 г кипятка, поставьте на огонь и кипятите еще 5 минут, добавьте еще 400 г кипятка, снимите с огня, как только закипит. Оставляют настояться до тех пор, пока волокна не осядут на дно чайника, а затем его пьют. Такой чай пьют трижды в день перед едой в течение двух месяцев. Этот чай заваривается дважды из одного заваренного волокна шафрана.

- Для лечения глаз возьмите 5 измельченных в муку волокон шафрана, смешайте с равным количеством розовой воды и нанесите на глаза.

- Чтобы удалить камни в почках, смешайте 50 измельченных волокон шафрана со 100 г чистого натурального меда. Эту смесь употребляют дважды в день по половине десертной ложки (не чайной!) перед едой.

- При лечении бронхита настойку готовят, беря 1 десертную ложку шафрана и заливая ее 1 стаканом кипятка. Пить по 30 г настойки 3 раза в день.

- Для лечения мочекаменной болезни возьмите 1 десертную ложку шафрана и залейте 250-300 г кипятка. Настой полностью настоялся. Пить по 15 г трижды в день перед едой.

- Общеукрепляющее здоровье лекарство: для этого возьмите 7-15 кусочков рыжей нити, промойте их в кипятке, затем залейте 250 мл кипятка и поставьте на слабый огонь. Через 3-5 минут залейте его 500 мл кипятка и доведите до кипения (кипятить лекарство не нужно). Пить по 250 мл 3 раза в день за полчаса до еды. Волокна шафрана, использованные при приготовлении этого лекарства, можно использовать второй раз таким же образом.

- Для улучшения памяти смешайте 3 измельченных волокна шафрана с 250 мл молока и выпейте.



- При аллергической реакции смешайте 5 г измельченных волокон шафрана с 1/3 чайной ложки измельченного имбиря и залейте 500 мл кипятка. Пить по 125 мл 3-4 раза в день. Продолжительность лечения – 1 месяц, затем при необходимости лечение повторяют после перерыва в несколько дней.

- Сладкое лекарство от депрессии, печали, восстановления нарушенного зрения, очищения крови: возьмите 2-3 кусочка молотого черного перца и 15 изюминок на 3-4 нити шафрана, залейте 1 стаканом кипятка и выпейте за обедом.

- Для лечения бронхита смешайте 2 чайные ложки волокон шафрана с 1 стаканом кипятка и варите на пару 15 минут (в кастрюле с мантами). Приготовленное лекарство пропускают через марлю и принимают по 2 столовые ложки 3 раза в день.

- Чтобы остановить внутреннее кровотечение: выпейте 5-7 волокон шафрана в 1 стакане теплого молока. Это лекарство останавливает внутреннее кровотечение.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ostonova, G. (2023). ICHKI SEKRETSIYA BEZLARI FIZIOLOGIYASI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(10 Part 3), 110-115.
2. Rashidovna, O. G. (2023). PHYSIOLOGY OF THE ENDOCRINE GLANDS. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 1-6.
3. Ostonova, G. (2023). TURLI XIL STRESS OMILLARDAN GARMSEL OMILINING G ‘O ‘ZA BARG SATHIGA TA’SIRI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(11 Part 2), 107-111.
4. Rashidovna, O. G. (2023). EFFECT OF SOILS WITH DIFFERENT LEVELS OF SALINITY ON COTTON GERMINATION IN FIELD CONDITIONS. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(12), 116-119.
5. Rashidovna, O. G. (2023). THE EFFECT OF THE HARMSEL FACTOR ON THE LEVEL OF COTTON LEAVES FROM VARIOUS STRESSORS. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(12), 105-107.
6. Ostonova, G. (2023). DALA SHAROITIDA TURLI DARAJADA SHO ‘RLANGAN TUPROQLARNING G ‘O ‘ZA UNUVCHANLIGIGA TA’SIRI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(12), 206-211.
7. Ostonova, G. (2024). TURLI DARAJADA SHO ‘RLANGAN TUPROQLARNING G ‘O ‘ZANING O’SISH VA RIVOJLANISH DINAMIKASIGA TA’SIRI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 3(1 Part 2), 73-80.
8. Rashidovna, O. G. (2024). DALA SHAROITIDA TURLI DARAJADA SHO ‘RLANGAN TUPROQLARNING G ‘O ‘ZANING ILDIZ SISTEMASIGA TASIRI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 186-193.
9. Rashidovna, O. G. (2024). THE EFFECT OF DIFFERENT DEGREES OF SALINITY ON THE ROOT SYSTEM OF COTTON. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 194-201.



10. Rashidovna, O. G. (2024). OF SOILS WITH DIFFERENT DEGREES OF SALINITY GROWTH AND DEVELOPMENT DYNAMICS OF COTTON EFFECT. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 167-176.
11. Rashidovna, O. G. (2024). OF SOILS WITH DIFFERENT DEGREES OF SALINITY GROWTH AND DEVELOPMENT DYNAMICS OF COTTON EFFECT. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 167-176.
12. Rashidovna, O. G. (2024). ФИЗИОЛОГИЯ ЖЕЛЕЗ ВНУТРЕННЕЙ СЕКРЕЦИИ. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 171-179.
13. Rashidovna, O. G. (2024). ВЛИЯНИЕ ПОЧВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ ЗАСОЛЕНИЯ НА ВСХОЖЕСТЬ ХЛОПЧАТНИКА В ПОЛЕВЫХ УСЛОВИЯХ. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 163-170.
14. Rashidovna, O. G. (2024). ZANJABIL (ZINGIBER OFFICINALE) NING DORIVORLIK XUSUSIYATLARI. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 4(3), 269-272.
15. Rashidovna, O. G. (2024). ВЛИЯНИЕ ФАКТОРА ГАРМСЕЛЯ НА УРОВЕНЬ ЛИСТЬЕВ ХЛОПЧАТНИКА ОТ РАЗЛИЧНЫХ СТРЕССОРОВ. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 155-162.
16. Tuyg'unovna, S. S. (2023). USEFUL PROPERTIES OF THE MEDICINAL PRODUCT AND USE IN MEDICINE. *Gospodarka i Innowacje.*, 40, 179-181.
17. Tuyg'unovna, S. S. (2023). CHEMICAL COMPOSITION OF MEDICINAL PLANTS AND CLASSIFICATION. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 33-35.
18. Shukurova, S. (2023). DORIVOR ACHCHIQ BODOM URUG'INING SHIFOBAKSHLIGI, DORI TAYYORLASH USULLARI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(10 Part 3), 116-120.
19. Tuyg'unovna, S. S. (2023). DORIVOR NA'MATAKNING FOYDALI XUSUSIYATLARI VA TIBBIYOTDA QO'LLANILISHI. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 3(9), 11-13.
20. Shukurova, S. (2023). DORIVOR O'SIMLIKLARNING KIMYOVIY TARKIBI VA TASNIFI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(11), 5-10.
21. Shukurova, S. (2023). KIYIKO'T VA YALPIZDAN FOYDALANISH USULLARI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(12), 171-177.
22. Shukurova, S. (2024). TARKIBIDA GLIKOZIDLAR BO'LGAN DORIVOR O'SIMLIKLAR. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 3(1), 217-222.
23. Tuygunovna, S. S. (2023). Ways to Use Mint and Peppermint. *EUROPEAN JOURNAL OF BUSINESS STARTUPS AND OPEN SOCIETY*, 3(12), 20-23.
24. Tuygunovna, S. S. (2023). Medicinal Plants Containing Glycosides. *EUROPEAN JOURNAL OF BUSINESS STARTUPS AND OPEN SOCIETY*, 3(12), 24-27.
25. Tuyg'unovna, S. S. (2024). DORIVOR O'SIMLIKLAR XOMASHYOSINI ISHLATISHGA TAYYORLASH. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 123-132.
26. Tuyg'unovna, S. S. (2024). TARKIBIDA LIPIDLAR BO'LGAN DORIVOR O'SIMLIKLAR. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 133-140.



27. Tuyg'unovna, S. S. (2024). TARKIBIDA VITAMINLAR BO'LGAN DORIVOR O'SIMLIKLAR. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 141-147.
28. Tuyg'unovna, S. S. (2024). ABOUT USEFUL MEDICINAL PLANTS RICH IN LIPIDS USED IN MEDICINE. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 235-241.
29. Tuyg'unovna, S. S. (2024). THE PROCESS OF PACKAGING MEDICINAL PLANTS. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 248-256.
30. Tuyg'unovna, S. S. (2024). MEDICINAL PLANTS THAT ARE WIDELY USED IN NATURE, RICH IN VITAMINS. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 242-247.
31. Tuyg'unovna, S. S. (2024). TARKIBIDA EFIR MOYLAR BO'LGAN DORIVOR O'SIMLIKLAR. *ТА'ЛИМ ВА RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 4(3), 164-167.
32. Tuyg'unovna, S. S. (2024). MEDICINAL PLANTS CONTAINING ESSENTIAL OILS. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 41(4), 62-69.
33. Tuyg'unovna, S. S. (2024). TARKIBIDA ALKALOIDLAR BO'LGAN DORIVOR O'SIMLIKLAR. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 41(4), 70-77.
34. Yomg'irovna, R. G. (2024). NOAN'ANAVIY AGRORUDALARNI QISHLOQ XO'JALIGIDA FOYDALANISHNING ILMIY ASOSLARI. *ТА'ЛИМ ВА RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 4(3), 240-244.
35. Yomg'irovna, R. G. (2024). QISHLOQ XO'JALIGI MAHSULOTLARINING ERTA PISHISHI VA UNUMDORLIGINI OSHIRISH UCHUN BENTONIT GILLARINI GEOBIOFAOLLASHTIRUVCHILAR SIFATIDA QO'LLASH. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 229-234.
36. Yomg'irovna, R. G. (2024). BENTONITNING QISHLOQ XO'JALIGIDA QO'LLASHNING ILMIY ASOSLAR. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 39(3), 219-228.
37. Yomg'irovna, R. G. (2024). G'O'ZA O'SIMLIGIDA HOSIL ELEMENTLARINING RIVOSHLANISHI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 102-108.
38. Yomg'irovna, R. G. (2024). SHIGITNI BENTONID BILAN KAPSULA QILIB EKISHNING G'O'ZA HOSILDORLIGIGA TA'SIRI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 109-115.
39. Yomg'irovna, R. G. (2024). EFFECT OF SEED ENCAPSULATION ON COTTON YIELD. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 38(7), 116-122.
40. Rakhimovna, T. D., & Yomg'irovna, R. G. (2023). AGROBIOLOGICAL PROPERTIES OF BENTONITE IN AGRICULTURE. *Conferencea*, 9-14.
41. Rahimova, G. (2024). G'O'ZA HOSIL ELEMENTLARINING SHAKLLANISHI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 3(1), 212-216.
42. Yomg'irovna, R. G. (2023). EFFECT OF SEED ENCAPSULATION ON COTTON YIELD. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(12), 42-44.
43. Yomg'irovna, R. G. (2023). FORMATION OF COTTON CROP ELEMENTS. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(12), 113-115.



44. Rahimova, G. (2023). SHO 'RLANGAN TUPROQLAR SHAROITIDA G 'O 'ZANING MORFOLOGIK BELGILARI VA RIVOJLANISHIGA BENTONITNING TA'SIRI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(12), 141-145.
45. Rahimova, G. (2023). QISHLOQ XO'JALIGIDA BENTONITDAN FOYDALANISHNING ILMIY JIHATLARI VA SAMARADORLIGI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(11), 189-196.
46. Yomgirovnova, R. G. (2023). SCIENTIFIC ASPECTS AND EFFICACY OF BENTONITE USE IN AGRICULTURE. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(11), 116-120.
47. Rahimova, G. (2023). MAKTABLARDA BIOLOGIYA FANINI O 'QITISHDA ZAMONAVIY INTERFAOL METODLARDAN FOYDALANISH. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(10 Part 3), 103-109.
48. Yomgirovnova, R. G. (2023). AGROBIOLOGICAL PROPERTIES OF BENTONITE IN AGRICULTURE. TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI, 3(9), 126-130.
49. Rashitova, S. (2023). USE OF INTERACTIVE METHODS IN CHEMISTRY. *International Bulletin of Medical Sciences and Clinical Research*, 3(10), 115-119.
50. Rashitova, S. (2023). BENTONIT GIL KUKUNINI SORBSION XOSSASINI KIMYOVIY USULDA FAOLASHTIRISH. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(10 Part 3), 98-102.
51. Shukhrat, R. S. (2023). PROCUREMENT OF SORBENTS WITH HIGH SORPTION PROPERTIES AND WASTEWATER TREATMENT ON THEIR BASIS. *EUROPEAN JOURNAL OF MODERN MEDICINE AND PRACTICE*, 3(12), 75-76.
52. Рашитова, Ш. (2023). ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АКТИВИРОВАННОГО СОРБЕНТА ДЛЯ ОЧИСТКИ СТОЧНЫХ ВОД. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(12), 135-140.
53. Рашитова Ш.Ш. (2023). ПРИМЕНЕНИЕ АКТИВИРОВАННОГО СОРБЕНТА ДЛЯ ОЧИСТКИ СТОЧНЫХ ВОД . *Новости образования: исследование в XXI веке*, 2(16), 656–672.
54. RSS Qizi "TUSHUNCHALAR TAHLILI "USULI YORDAMIDA VI GURUH ELEMENTLARINI O'RGANISH.TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI 4 (3), 168-170.
55. Husniddinova, S. S. (2023). The Distribution, Reproduction and Importance of the Beetles in Nature. *American Journal of Pediatric Medicine and Health Sciences (2993-2149)*, 1(9), 211-216.
56. Husniddinova, S. S. (2023). Xonqizi Qo'ng'izlarning Tarqalishi, Ko'payishi Va Tabiatdagi Ahamiyati. *AMALIY VA TIBBIYOT FANLARI ILMIY JURNALI*, 2(11), 324-328
57. Sayfullayeva, S. H. (2023). KOKKSINELLIDLARNING BIOLOGIYASI, FAUNASI VA EKOLOGIYASI. *World scientific research journal*, 21(1), 48-52.
58. Husniddinova, S. S. (2024). The Level of Study of the Biology, Fauna and Ecology of Coccinellids. *International Journal of Formal Education*, 3(2), 116-118.
59. Husniddinova, S. S. (2024). Oila Va Ta'lim Tarbiya. *Journal of Research in Innovative Teaching and Inclusive Learning*, 2(2), 11-13.