

BEHINING FOYDALI XUSUSIYATLARI

Akbarova Dilshoda Shuxratbekovna
2-son Farg'ona Abu Ali Ibn Sino nomidagi
Jamoat salomatligi texnikumi O'qituvchisi



Ko'p mamlakatlardagi xalq tabobati vakillari qadimda pishirilgan va qaynatilgan behi mevasidan oshqozon-ichak kasalliklarini davolashda me'da faoliyatini yaxshilashda foydalanishgani ma'lum.

Behi yurak o'ynog'i, sariq va ichketar kasalliklarini davolashda ijobiy natijalar berishi aniqlangan.

Ovqatlanish oldidan ishtahasizlikda, ayollarning qon ketish kasalliklarida 10 g quritilgan behiga 100 g qaynqk suv kuyib, undan 1 osh qoshiqdan ichish yaxshi natija beradi. Qirg'ichdan o'tkazib, suvda qaynatib pishirilgan behi mevasini jigar kasalliklari va ko'ngil aynish, qusishni oldini olishda iste'mol qilish foydalidir.

Behining yangi pishgan mevasi va sharbati kamqonlikda, ich ketish va qon ketish bilan bog'lik me'da-oshqozon yo'llari kasalliklarida, peshob haydovchi vosita sifatida va yurak-qon tomir kasalliklarida iste'mol qilish tavsiya etiladi va bu yaxshi natija beradi.

Behi mevasi biriktiruvchi peshob haydovchi, qon ketishini to'xtatuvchi, antiseptik, qusishini to'xtatuvchi xususiyatlarga ega, urug'i esa, yumshatuvchi, shamollashni tuzatuvchi va antiseptik xususiyatlarga egadir. Mana shuning uchun xam meditsina praktikasida behi urug'ining qaynatilgan yopishqoq butqasi qon tuflashida, ayollardan qon ketishida, ich ketishda tavsiya etiladi. Behi urug'i qaynatmasidan terini yumshatish, pardozlash, ko'z kasalliklarida malham quyish, anginada g'arg'ara qilish maqsadlarida ham foydalaniladi.

Behi mevasidan damlama tayyorlab ichish kamqonlilikda tavsiya etiladi. Uni tayyorlash uchun behini kichik bo'laklarga bo'linadi, idishga solib, ustidan suv quyib

yumshagunicha qaynatiladi, uning sharbatini damlama shakliga kelib, quyuglashguncha qaynatiladi.

Behining yangi uzilgan mevasi tarkibida temir moddasi ko'pligidan temir moddasi yetishmasligidan bo'ladigan kamqonlilikni oldini olish hamda uni davolashda, uzoq davom etgan kasalliklar, tana harorati balandligidan qiynalganda iste'mol qilinadi. Orqa chiqarish teshigi devorlari yorilishida behi yoki uning sharbatini issiq suvda namlangan bintni malham qilib kuyish faol vositalardandir. Yangi mevasi yoki quritilgan behining qaynatmasi ilgari zamonlardan ayollarda ko'p qon ketishini to'xtatishda ishlatilgan – kuniga 3 mahal mayda qilib kesilgan behi bo'lakchalarini choyga solib ichilgan. Behi urug'ini ezib (5-100) suvga aralashtirilsa, yelimdek yopishqoq modda hosil buladi, uni teridagi jarohat bitishini tezlashtirishda, balg'am ko'chiruvchi, yo'talga qarshi vosita (ayniqsa bolalarda bronxitda) sifatida, tinchlantiruvchi vosita (oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarasida) sifatida ishlatiladi.

Behi urug'ining suvda qaynatmasi ayollarda haddan tashqari ko'p kon ketishida, xususan klimaks davrida ajoyib foydali vositadir. Shuningdek, ozgina behi urug'ining quritilganini choy qoshig'ining uchida oylik sikl boshlanishidan bir hafta oldin iste'mol kilinishi yaxshi natija beradi.

Behi asabni tinchlantiruvchi eng zo'r vosita. Ayniqsa, bolalarda tushkunlik holati kuzatilsa, ushbu mevadan va sharbatidan ko'proq iste'mol qilishsin. Behi kishini stressdan qutqarib, kuch bag'ishlaydi.

2. Gripp, shamollash va yo'talda foydali. Bitta behining ichini o'yib, 1-2 osh qoshiq asal soling. Qasqonda, bug'da pishirib, tanovul qiling.

3. Kuniga 100 gr. behi mevasidan iste'mol qilish kamqonlikda foydali, yurak xastaliklarining oldini oladi.

4. Behi urug'i qaynatilgan suv bilan angina bezovta qilganda tomoqni g'arg'ara qilish, ko'zlarni chayish mumkin.

5. Bronxial astmada behi daraxti barglarini qaynatib ichish naf beradi. Buning uchun 200 ml. qaynatilgan suvga 6 ta bargni solib, yarim soatcha qaynating. Damlamadan kuniga 3-4 mahal ovqatlanishdan oldin 2 osh qoshiqdan iching.

6. 1 dona tuxum oqini ko'pirtirib, unga 1 tomchi spirt va 2 osh qoshiq behi suvini qo'shing. Ushbu aralashma bilan yog'li yuzlarni tozalash mumkin.

7. Yarimta behini qirg'ichdan o'tkazib, 2 osh qoshiq qaymoq qo'shing-da, yuz va bo'yin sohangizga surting. Yarim soatdan so'ng iliq suv bilan niqobni yuvib tashlang. Bu terini vitaminlarga to'yintirib, sovuq kunlarda sizga asqotadi.

8. Yuzdagi ajinlarni behi bo'lagi bilan massaj qilish mumkin.

9. Behi bargi yoki urug'i qaynatilgan suvda sochlarni chayish qazg'oqlardan xalos etadi.