

OLMA VA BOSHQA SIRKA TURLARINING DORIVOR XUSUSIYATLARI HAQIDA

Samarqand davlat tibbiyot universiteti. Samarqand, O'zbekiston

Xasanova Gulbahor Raxmatullayevna

SamDTU, Farmakognoziya va farmatsevtik texnologiyalar kafedrası assistenti

Olimov Sardor Mustaf o'gli

SamDTU, Farmakognoziya va farmatsevtik

texnologiyalar kafedrası assistenti

Kenjayeva Laylo

SamDTU, Farmatsiya fakulteti 306-guruh talabasi

Annatatsiya: Tabiiy va yovvoyi sabzavotlar, mevalar va o'simliklar inson tanasi uchun zararsizdir va ularning ko'pchiligi tabiat tomonidan yaratilgan tabiiy shaklda ishlatiladi. Bu erda ona tabiat - ulug'vor donishmand, tajribali shifokor va dorishunos vazifasini bajaradi. Biroq, meva va sabzavotlar bizga xavfsiz oziq-ovqat va samarali dori sifatida xizmat qilishi uchun inson ushbu tabiiy ne'matlarga va umuman olganda, bizga o'zining bebaho ozuqaviy va shifobaxsh hazinalarini taqdim etuvchi o'simlik dunyosiga ehtiyotkorlik bilan munosabatda bo'lishi kerak.

Kalit so'zlar: Sharbat, sirka, ferment, suv, filtr, artrit, shakar, terapiya.

Анна́тация: Основная масса садовых и дикорастущих овощей, фруктов и съедобных растений для организма человека является безвредной и многие из них используются в свежем, т. е. в созданном природой натуральном виде, без всякой дозировки и курсов лечения. Здесь сама мать – живая природа выступает в роли величественного мудреца, опытного врача и ювелирного аптекаря. Однако для того, чтобы фрукты и овощи служили нам безопасной пищей и эффективным лекарством, человек должен бережно относиться к этим природным дарам и в общем к растительному миру, который дарит нам свои бесценные питательные и целительные сокровища

Ключевая слова: Сок, уксус, фермент, вода ,фильтр, артрит, сахар, терапия.

Abstract: The majority of garden and wild vegetables, fruits and edible plants are harmless to the human body, and most of them are used fresh, i.e., in their natural form, created by nature, without any dosage and treatment courses. Here the mother herself - living nature - acts as a glorious sage, an experienced doctor and a jewel pharmacist. However, in order for fruits and vegetables to serve us as safe food and effective medicine, man must treat these natural blessings and the flora in general, which provides us with its invaluable nutritional and medicinal treasures.

Keywords: Juice, vinegar, enzyme, water, filter, arthritis, sugar, therapy.yandex

1981 yilda Buxarestda amerikalik shifokor S. Jarvisning "Asal va boshqa tabiiy mahsulotlar" kitobi nashr etildi. Uning tavsifiga ko'ra, olma sirkasi Amerika xalq tabobatida surunkali gastrit va enterokolit, surunkali xoletsistit, semirish, gipertoniya, podagra, poliartrit, tomoq og'rig'i, stomatit kabi ichki organlarning bir qator kasalliklarini davolash uchun keng qo'llaniladi. Yiringli yaralarni davolashda, varikoz tomirlari, turli xil etiologiyalarning qichishi, qizilo'ngach yallig'lanish, shingillalar, tirnoqlarning zamburug kasalliklari (trichofitiya), teri va sochlar, shuningdek tungi terlash kasalliklarida ishlatiladi.. Muallif olma sirkasi terapevtik ta'sirining mexanizmini ushbu vosita organizmning ishqoriy reaksiyasini (pH \ u003d 8.0–11.0) kislotali tomonga (pH–4.0) o'zgartirishi bilan izohlaydi. Ushbu kitobda uyda olma sirkasini tayyorlash usuli ham tasvirlangan, uning mohiyati quyidagicha: olma yuviladi, chirigan yoki qurtlangan qismlaridan tozalaymiz, so'ngra eziladi: Oldindan qaynatilgan iliq suv bilan ya'ni 0,4 kg olma grueliga 0,5 litr. Har bir litr suv uchun 100 g asal yoki shakar, shuningdek 10 g non xamirturushini qo'shing (sirka kislotali fermentatsiyani tezlashtirish uchun). Ushbu aralashma bilan idish 20-30 °C haroratda yopiq holda saqlanadi. Shu bilan birga, oz miqdordagi (20% dan kam) shakarli moddalar bo'lgan suyuqlik, atrof-muhitning maqbul harorati (20-30 °C), shuningdek olma gruelining havo bilan aloqa qilish yuzasi (aerob fermentatsiya) sirka kislotali fermentatsiyaga yordam beradi. Idish shisha (banka), yog'och (qopqoqsiz bochka) yoki sirlangan loydan yasalgan bo'lishi kerak. Olma gruel bilan to'ldirilgan idish soyada saqlanishi kerak, chunki quyoshning ultrabinafsha nurlari fermentatsiyani oldini oladi.

Fermentatsiyaning birinchi bosqichini o'tkazish uchun idish 10 kun davomida 20-30 °C haroratda iliq holda saqlanadi, olma pulpasini kuniga 2-3 marta yog'och qoshiq bilan aralashtirib, so'ngra aralash doka sumkasiga o'tkaziladi va siqiladi. Olingan sharbat yana doka orqali filtrlanadi, vazni aniqlanadi va keng og'izli idishga quyiladi. Har bir litr sharbatga 50-100 g asal yoki shakar qo'shib, to'liq bir hil holga kelguncha aralashtiring. Fermentatsiyaning ikkinchi bosqichini o'tkazish uchun kavanoz doka bilan qoplangan, bog'langan va fermentatsiya jarayonini davom ettirish uchun iliq holda saqlanadi.

Tegishli sharbat tayyorlashga, atrof-muhit haroratiga, qo'shilgan xamirturush miqdoriga qarab, olma sirkasi 40-60 kun ichida tayyor bo'ladi. Shundan so'ng, shaffof suyuqlik (tayyor sirka) shlang bilan idishlarga quyiladi, uni doka bilan sug'orish idishi bilan filtrlaydi. Shishalar tiqinlar bilan mahkam yopiladi, mum bilan yopiladi va salqin joyda saqlanadi. Olma sirkasi salatlar va boshqa taomlar uchun ziravor sifatida iste'mol qilinadi, inson tanasining kislotali oziq-ovqat qo'shimchasiga bo'lgan ehtiyojlarini qondiradi. Shifokor ko'rsatmalariga muvofiq S. Jarvis, olma sirkasi parhez mahsuloti va turli xil kasalliklar uchun terapevtik vosita sifatida ishlatilishi mumkin. Davolash usullari juda xilma-xildir. Masalan, sinusitni davolash uchun har soatda 7 marta 1 choy qoshiq olma sirkasi qo'shilgan 1 stakan suv ichish tavsiya etiladi. Muallifning

tavsiflariga ko'ra, trigeminal asabning yallig'lanishi bilan og'riqlar, agar siz soatiga bir xil aralashmani ichsangiz, olib tashlanadi. Artrit bilan-agar siz kuniga 4 marta ichsangiz, qo'shma og'riqlar 2 haftadan keyin sezilarli darajada kamayadi. Semirib ketgan ayollar va erkaklar uchun olma sirkasi ovqatdan keyin kuniga 3-4 marta bir stakan suvda 2 choy qoshiq ichish tavsiya etiladi. Shu bilan birga, muallifning tavsiflariga ko'ra, sezilarli ta'sir 2 oydan keyin, ifodalangan ta'sir esa 2 yildan keyin paydo bo'ladi.

Gipertenziya uchun muallif har kuni olma, uzum, kızılcık, limon va boshqa ko'plab kislotali organik kislotalarni (olma, limon) o'z ichiga olgan yangi mevalarni iste'mol qilishni tavsiya qiladi. Bunday holda, bemorlar har kuni to'rt stakan sharbatga teng miqdorda meva iste'mol qilishlari kerak. Ularni ovqat uchun yoki har qanday qulay vaqtda iste'mol qilish mumkin. S. Jarvisning ko'rsatmalariga ko'ra, 2 choy qoshiq olma sirkasi organizmning kislotali organik kislotalarga bo'lgan ehtiyojlarini to'liq qondirishi mumkin.

Olma sirkasi buyrak tosh kasalligi va surunkali xoletsistitni davolash uchun ham tavsiya etiladi. Tashqi tomondan, terining va mushak-skelet tizimining turli kasalliklarini davolashda foydalidir. Masalan, oqsoqlanish, siyatik va poliartrit uchun muallif 1 tuxum, 1 choy qoshiq turpentin va 1 osh qoshiq olma sirkasidan iborat suyuq malhamni tavsiya qiladi. Bemorlar ushbu aralashma bilan kasal bo'g'imning yuzasini yaxshilab silamoqlari kerak. Shingles, shuningdek, qizilo'ngach yallig'lanishi va trichofitiya (Ringworm) uchun kuniga 4-7 marta tananing ta'sirlangan joylariga suyultirilmagan olma sirkasi surtishni tavsiya qiladi. Kuyish va varikoz tomirlari uchun terini suyultirilmagan olma sirkasi bilan ishqalash yoki 2 choy qoshiqni 1 stakan suvda suyultirish va kuniga 2-3 marta ishqalash tavsiya etiladi.

Charchaganingizda, 1 stakan suvga 1 choy qoshiq sirka qo'shing va tanani sochiq bilan arting, agar terlash bo'lsa, azob chekayotganlar yotishdan oldin tanani olma sirkasi bilan ishqalashlari kerak. Bosh og'rig'i va migren bilan bog'liq og'riqlar quyidagilar bilan davolanadi parrandachilik (bug ' hammomi) olma sirkasi bilan quyidagicha amalga oshiriladi: olovga teng miqdordagi olma sirkasi va suv solingan idishni qo'ying, suv asta-sekin qaynab tursin. Bug 'uning yuzasidan ko'tarila boshlaganda, boshingizni bug' ustiga egib, bug ' ozmi-ko'pmi kuchli bo'lguncha ushlab turing. Bug'larni 75 marta nafas oling. Shundan so'ng, bosh og'rig'i to'xtaydi yoki sezilarli darajada zaiflashadi. Olma sirkasi bilan tizimli davolash, S. Jarvisning ta'riflariga ko'ra, bir oydan keyin qon tomir distoni bilan og'rikan bemorlarda bosh aylanishini engillashtiradi.

Tayyorlash usuli va ishlatiladigan xom ashyoga qarab, hozirgi vaqtda quyidagi sirka turlari ajratiladi:

1. Sirka kislotasi (CH_3COOH) – o'tkir hidli rangsiz suyuqlik. Sharob yoki spirtli suyuqliklarning sirka kislotasi fermentatsiyasi yoki asetaldegidning oksidlanishi natijasida olinadi. U oziq-ovqat, kimyo va farmatsevtika sanoatida keng qo'llaniladi.

2. Sirka mohiyati oziq-ovqat mahsulotlariga qo'shilishdan oldin 20 marta suv bilan suyultiriladigan sirka kislotasining 70% suvli eritmasi.

3. Stol sirkasi-bu sirka kislotasining 3-15% suvli eritmasi. U salatlar, ziravorlar, marinadlar, konservalar tayyorlashda ishlatiladi, tayyor go'sht va baliq ovqatlariga qo'shiladi.

4. Meva berry sirkasi turli xil meva sharbatlarini fermentatsiyalash orqali olinadi.

Qadim zamonlardan beri tojiklar orasida uzum, olcha olxo'ri yoki o'rikning pishmagan mevalaridan tayyorlangan sirko deb nomlangan sirka eng mashhur hisoblanadi. Sirko 8-12° ABV ga ega va ko'pincha yangi ishlatiladi. Ko'pincha atirgul barglari, zira urug'lari, yalpiz, Reyhan o'ti, za'faron va boshqa ba'zi o'simlik materiallari tayyor meva sirkasiga qo'shiladi, bu sirka xushbo'y bo'ladi. Sirko nordon ta'mga ega va ishtahani oshirish va ovqat hazm qilish organlari faoliyatini kuchaytirish uchun ovqatdan oldin yoki keyin $\frac{1}{3}$ stakan choy uchun 1-2 choy qoshiqda og'iz orqali buyuriladi. Pishmagan uzumdan tayyorlangan " yosh " sirka diabet va gipertenziyani davolash uchun tavsiya etiladi. Anemiya, surunkali gastrit va kolitni davolashda mahalliy tabiblar choy va asal bilan sirkoni quyidagi nisbatda qabul qilishni tavsiya etadilar: 1 osh qoshiq sirka, 1 stakan qora choy va 2 choy qoshiq (10-12 g) asal. Issiq suvli (1 choy qoshiq sirko, qaynatilgan suvning 2-3 qismi) sirko eritmasidan diatez, ko'karishlar va ekzemaning ayrim shakllari uchun vannalar tayyorlanadi. Artikulyar va mushak og'rig'i uchun nam sirka bandajlari tavsiya etiladi. Yuvish shaklida sirkoning iliq eritmasi (1:1) tomoq og'rig'i, laringit va stomatit uchun tavsiya etiladi.

Meva berry sirka namunalari 8-20°dan oshmaydi. Uzoq muddatli saqlash bilan (3 yil yoki undan ko'proq) sirka kuchi keskin oshadi va 40-70°ga etishi mumkin. Shuning uchun, eski sirka ishlatganda, uni 10-20 marta suv bilan suyultirish kerak.

Qadimgi tibbiyotda sirka sharbat, yallig'lanishga qarshi va antiseptik sifatida keng qo'llanilgan. Sirka ichki organlar va terining turli kasalliklarini davolash uchun tavsiya etilgan 150 dan ortiq oddiy va murakkab dorilarning bir qismi edi.

Ibn Sinoning ta'riflariga ko'ra, sirka ishtahani qo'zg'atadi va ovqat hazm qilishga yordam beradi. U qon ketish uchun ichiladi va qon ketish uchun qo'llaniladi, agar u tashqi bo'lsa, sirka shish paydo bo'lishining oldini oladi (shish–yu.ya.), gangrenaning tarqalishi, karbunkulni davolaydi. Sovuq yaralar va yuzlar uchun foydalidir. O'rmalovchi yaralar va likenlarning tarqalishini oldini oladi, kuyishdan xalos bo'ladi. Agar siz sirka pushti va zaytun moyi bilan aralashsangiz, uni yaxshilab urib, jun parchasini namlang va boshingizga surting, bu issiq bosh og'rig'iga yordam beradi. Sirka, ayniqsa alum bilan, bo'shashgan tishlar va qonayotgan tish go'shti uchun

og'zingizni yuvish foydalidir. Bir juft issiq sirka eshitish qobiliyatini yo'qotishga yordam beradi. U tiqilib qolishni kuch bilan ochadi va tinnitusni to'xtatadi. Ko'z ostidagi ko'karishlar sirka va asal bilan yog'lanadi. Qadimgi shifokorlar sirkani asal yoki sikanjubina (sirka asal) deb nomlangan shakar siropi bilan keng qo'llashgan. Bu bilan tajribali shifokorlar sirka tarkibini boyitdilar, uning dorivor xususiyatlarini oshirdilar, oshqozon-ichak trakti va buyrak parenximasining shilliq pardalariga nisbatan kislotalilik va mahalliy tirnash xususiyati ta'sirini kamaytirdilar. Sirka ko'pincha 1 qism sirka, 2-3 qism asal va 2-4 qism suv asosida tayyorlangan. Sikanjubin tarkibiga ko'pincha arpabodiyon urug'lari yoki ildizlari, maydanoz, za'faron, dengiz piyozi lampochkasi va boshqa o'simliklar qo'shilgan. Bunday sirka medi gastritning giposekretor shakllari, surunkali xoletsistit, buyrak kasalliklari, shuningdek, antidot sifatida keng qo'llanilgan.

Zamonaviy tibbiyotda stol sirkasi va ayniqsa mevali berry sirkasi ovqat hazm qilish organlarining surunkali kasalliklarini davolash uchun tavsiya etilgan parhezlardagi ba'zi idishlarni, shuningdek patogenezi minerallar almashinuvining buzilishi bilan bog'liq bo'lgan alohida kasalliklarni kislotalash uchun ishlatiladi. Sirka ko'plab tana suyuqliklarining reaksiyasini o'zgartirishga yordam beradi, shu jumladan siydikning kislotali tomonga reaksiyasi (pH \ u003d 4-5). Natijada, bo'g'implarda tuzlarning to'planishi kamayadi va fosfatlar va oksalatlardan buyrak toshlari paydo bo'lishining oldini oladi.

Olma va boshqa sirka turlari siydik kislotasi tuzlari almashinuvi buzilgan bemorlar uchun xavfli hisoblanadi. Ushbu bemorlarda sirka qabul qilingandan so'ng, siydik reaksiyasining kislotali tomonga siljishi natijasida siydik kislotasi tuzlarining eruvchanligi keskin pasayadi. Shuning uchun uratlar cho'kadi, qum va buyrak toshlarini hosil qiladi.

S. Jarvis kitobining kamchiligi shundaki, muallif buyrak tosh kasalligini davolash uchun olma sirkasini tavsiya qilganda, toshlar urat xususiyatiga ega bo'lgan bemorlarning xavfi haqida ogohlantirmaydi. Va sirka bilan davolanishni boshlashdan oldin har bir bemor siydik toshlarining tabiatini bilishi kerak.

Kitobning yana bir kamchiligi shundaki, muallif sirka diuretik va dekonjestant ta'sir mexanizmini asosan uning tarkibida kaliy tuzlari mavjudligi bilan bog'laydi. Zamonaviy tibbiyot diuretik sifatida kaliy xloriddan keng foydalanadi, u kuniga 3-4 marta 1 g dan buyuriladi (M. D. Mashkovskiy, 1985).

Olma tarkibida o'rtacha 250-286 mg % kaliy mavjud. Olma sirkasini tayyorlash jarayonida olma sharbati deyarli 2 marta suyultiriladi, buning natijasida kaliy miqdori mos ravishda kamayadi. Muallif har bir litr sirka uchun 2 marta 100 g asal qo'shishni tavsiya qiladi. Ikkinchisi tarkibida 10 dan 50 mg % gacha kaliy mavjud. Shuning uchun kaliy etishmovchiligi tiklanadi va o'rtacha 140-180 mg %ni tashkil qiladi. 2 choy qoshiq (10 ml) olma sirkasini qabul qilganda, bemor o'rtacha 1 marta 14-18 mg, 3

dozada 42-54 mg kaliy oladi. Kaliy xloridning kunlik dozasi kamida 3-4 g ekanligini hisobga olsak, olma sirkasi tarkibidagi ushbu elementning miqdori aniq diuretik ta'sirga olib kelishi mumkinligiga ishonish qiyin.

Olma sirkasi terapevtik ta'sirining ko'p jihatlari uning yog'lar, uglevodlar va oqsillarning metabolizmini va yakuniy hazm bo'lishini faollashtirishi, tanadagi toksinlar miqdorini kamaytirishi bilan bog'liq.

Qaysi turdagi sirka eng foydali hisoblanadi? Sirka mohiyati va stol sirkasi tarkibida faqat ma'lum miqdordagi sirka kislotasi mavjud. Bundan farqli o'laroq, mevali berry sirka turlarining kimyoviy tarkibi (olma, uzum, tut, anor, qulupnay, o'rik va boshqalar) eng qimmatli hisoblanadi. Ular tarkibida tartarik, molik, limon, sirka kabi organik kislotalar, shuningdek vitaminlar, makro va mikroelementlar, fermentlar, pigment birikmalari va boshqa bir qator biologik faol moddalar mavjud. Uzum yoki boshqa mevalarning pishmagan mevalaridan olingan sirka tarkibida asosan limon, molik va askorbin kislotalar, b, P, PP vitaminlari, antosiyaninlar va fermentlar mavjud. Shuning uchun mevali berry sirka turlari farmakologik jihatdan ancha faoldir. Ularning shifobaxsh xususiyatlari ovqat hazm qilish va gematopoetik organlarning faoliyati, shuningdek minerallar, oqsillar, uglevodlar, yog'lar va ularning almashinuvining boshqa bir qator oraliq moddalari almashinuvida yaxshi namoyon bo'ladi.

Ehtiyot choralari. Sirkaning barcha turlari oshqozon va o'n ikki barmoqli ichakning oshqozon yarasi, gastritning gipersekretor shakli, o'tkir va surunkali gepatit, o'tkir va surunkali nefrit, nefroz, urolitioz bilan kontrendikedir. Konsentrlangan sirka eritmalari (30-80 %) Moxibustion ta'sirga ega, shuning uchun ularni qabul qilish kimyoviy kuyishlar va yaralar paydo bo'lishiga yordam beradi.

Adabiyotlar

1. СОҒЛОМ ОВҚАТЛАНИШ ТАРЗИ АШ Махмудова, КФ Гайбуллаева, ГР Хасанова Та'lim fidoyilari 24 (17), 571-575risha // Science and Education. 2022. №11. URL: <https://cyberl/article/n/geksikon-shamchasini-tayorlashda-uning-asosni>
2. Хасанова, Г. Р., & Усмонова, М. Б. (2022). Применение фасоли (phascolus) в медицине. Science and Education, 3(11), 117-125
3. Усманова, М., Эрнazarова, М., Куйлиева, М., & Хасанова, Г. (2021). Дорихона фаолиятини ташкил этиш, дорилар саклаш чора тадбирлари. Экономика и социум,(11),
4. Хасанова, Г. Р., Усманова, М. Б., & Нажмитдинов, Х. Б. (2022)
5. ВИТАМИНГА БОЙ ЛОВИЯ (PHASCOLUS) ЎСИМЛИГИНИНГ УМУМИЙ ХУСУСИЯТЛАРИ. Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, 2(9), 333-336.
6. Hasanova, G. R., Ernazarova, M. E., & SHIFOBASH, Q. O. T. F. J. ORIENSS. 2022. № Special Issue 4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/shifobash-qoqiotining-foydali-jihatlari>. 14

7. Yakubova, Sarvinoz Raxmonqulovna, & Xasanova, Gulbahor Raxmatullayevna (2022). KAMQONLIK HAQIDA TUSHUNCHA. Oriental JOURNAL OF NEW CENTURY INNOVATIONS <http://www.newjournal.org/> Volume–25_Issue-1_March_2023 46 renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences, (Special Issue 4-2), 897-900
8. Ordinary mountain Basil-origanum vulgare GR Khasanova, SM Olimov Web of Scientist: International Scientific Research Journal 3 (5), 471-474
9. White mulberry
10. G.R Xasanova. Karomatov, N. T. (2023). DAFNA BARGI EFIR MOYI (ЛАВР-ЛАУРУС). ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 15(2), 126-129.
11. Xasanova, G. R., Lapasov O.D (2023). ШИФОБАХШ АНОР-PUNICA GRANATUM L. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 15(5), 33-36.
12. Xasanova Gulbahor Raxmatullayevna, Абдурахмонова Д (2023). DORIVOR O'SIMLIKLARDAN AJRATIB OLINGAN ODDIY EKSTRAKTLARNING SHIFOBAXSH XUSUSIYATLARI HAQIDA. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 15(5), 44-48
13. Xasanova, G. R., Abluraxmonova, D., & Eshmuxammatova, D. (2023). BUYRAKLAR TO'GRISIDA FIKRLASHAMIZ. Journal of new century innovations, 25(1), 38-46.
14. Xasanova, G. R., & Musayev Mehridin Salohiddin o'gli, M. M. (2023). SHIFOBAXSH CHOY HISLATLARI. Journal of new century innovations, 25(1), 47-53
15. Xasanova G.R., & O'ralov Eldor. (2023). MINERAL MODDALARNING INSON HAYOTIDAGI AXAMIYATI . Journal of New Century Innovations, 26(4), 102–108. Retrieved from AMERICAN Journal of Language, Literacy and Learning in STEM Education Volume 01, Issue 08, 2023 ISSN (E): 2993-2769
16. Characteristics of the Almond (Amygdalus L.) Nizomiddin Daminovich Kodirov Gulbahor Raxmatullaevna Khasanova Assistan 188-191стр
17. "Science and Education" Scientific Journal / Impact Factor 3.567 (SJIF) November 2022 / Volume 3 Issue 1
18. Geksikon shamchasini tayorlashda uning asosni almashtirish Marhabo Balhievna Usmanova Gulbahor Raxmatullaevna Xasanova стр 213-215
19. FARMAKOLOGIYA FANIGA KIRISH, FANNING BOSHQA FANLAR BILAN BOG'LIQLIGI, KELIB CHIQISH TARIXI Boymurodov Eson assistenti Xasanova Gulbahor 15. Olimov Sardor "Экономика и социум" №11(90) 2021 www.iupr.ru
20. TARKIBIDA EFIR MOYI BO'LGAN DORIVOR O'SIMLIKLAR VA MAHSULOTLAR Shukurova Dilorom Yoqubjon Olimov Sardor Mustafo Xasanova Gulbahor Raxmatullayevna "Экономика и социум" №11(90) 2021 www.iupr.ru
21. Использование индекса рма для определения начального воспаления тканей пародонта опорных зубов. Хасанова Гулбахор Рахматуллаевна Якубова Сарвиноз Рахманкуловна. Стоматологии и краниофациальных исследований SPECIAL ISSUE JURNAL 10 26739/2181-1008

22. Лекарственные растения содержащие фитонциды. Хасанова Г.Р Кодиров Н.Д. Гепато-гастроэнтерологиягических исследований. USSN 2181-1008
23. Khasanova GR Uralov Eldor Volume-26_Issue-4_ http://www.newjournal.org/Volume26_Issue-4_April_2023 109 THE IMPORTANCE OF MINERALS IN HUMAN LIF
24. WHITE MULBERRY Xasanova G. R WEB OF SCIENTIS:INTERNATIONAL SCENTIFIC RESIARCH JOURNALISSN: 2776-0979
25. СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ЛЕЧЕНИЮ ОСТРЫХ И ХРОНИЧЕСКИХ БОЛЕЙ У ПАЦИЕНТОВ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА: ФОКУС НА БЕЗОПАСНОСТЬ ФАРМАКОТЕРАПИИ. Хасанова Г.Р Нажмитдинов Х.Б;Махмудова М.М. Ta'lim fidoilari 10-son,3-qism 51-55betlar ISSN 2180-2160 2021yil. Vol 2 issue 2 2023
26. Роль лекарственных растений в развитии Фарм промышленности Узбекистана, Xasanova G.R. Дониёрова С.О Vol 2 issue 2 2023 Young Scientist Research Journal Of Kararalpakstan
27. Imomova, Yu. A., & Usmonova, M. B. (2022). RODIOLY ROZOVAYA DLYA POVYSHENIYA RABOTOSPOSOBNOSTI ORGANIZMA. *Sharq uyg'onishi: Innovatsion, ta'lim, tabiiy va ijtimoiy fanlar*, 2 (Maxsus nashr 4-2), 901-904.
28. Mirzoyeva, FA, Imamova, YA, & Melikulov, OJ (2022). Dorivor o'simliklar va ularning xususiyatlari.
29. Усманова, М. Б., & Имамова, Ю. А. (2022). ЛУК РЕПЧАТЫЙ– ПРИМЕНЕНИЕ В МЕДИЦИНЕ. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(Special Issue 4-2), 914-917.
30. Шкурова, Д., Усманова, М., & Имамова, Ю. (2021). Private technology of powders Preparation of powders with abrasives, dyes and hard powders, extracts and essential oils. *Экономика и социум*, (11), 90.
31. Имамова, Ю. А., & Усманова, М. Б. (2022). РОДИОЛЫ РОЗОВАЯ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ОРГАНИЗМА. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(Special Issue 4-2), 901-904.
32. Шкурова, Д., Усманова, М., & Имамова, Ю. (2021). Порошоларинг хусусий тухнологияси тугувчи, буёвчи ва кийин майдаланувчи моддалар, экстрактлар ва эфир мойлари билан порошоклар таййорлаш. *Экономика и социум*, 11, 90.
33. Imamova, Y. A., & Melikulov, O. J. (2022). Dori vositasiga shakl berish va dori vositadagi ta'sir etuvchi moddalarning ajralib chiqishi haqida tushuncha. *Science and Education*, 3(11), 126-134.
34. Имамова, Ю. А. (2023). НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ НОЧНОЕ МОЧЕЙСПУСКАНИЕ (ЛЕЧЕНИЕ ТРАВАМИ). *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 15(5), 26-29.
35. Imamova, Y. A., & Olimjonov, Q. O. (2023). BRONXIAL ASTMA. *Journal of new century innovations*, 25(1), 54-56.
36. Imamova, Y. A. (2023). BOLALARNI DORIVOR O'SIMLIKLAR BILAN DAVOLASH. *Journal of new century innovations*, 26(4), 98-101.

37. Имамova, Ю. А., Усманова, М. Б., & РОДИОЛЫ, Р. ORIENSS. 2022. № Special Issue 4-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rodiolyrozovaya-dlya-povysheniya-rabotosposobnosti-organizma>.
38. Imamova, Y. A. (2023). MIYAGA QON QUYILISHI SABABI, BELGILARI VA DAVOLASH USULLARI. *Zamonaviy fan va ta'lim yangiliklari xalqaro ilmiy jurnal*, 1(6), 17-24.
39. Imamova, Y. A. (2023). Brain Hemorrhage Causes, Symptoms and Treatment Methods. *American Journal of Language, Literacy and Learning in STEM Education* (2993-2769), 1(8), 150-153.
40. Imamova, YA, Hamidov, SF, & Shukurullayeva, VS (2023). KAPSULALARNING SAMARADORLIGI. *Tsentrarnoaziatkiy jurnal obrazovaniya i innovatsiy*, 2 (9 2-qism), 98-103.
41. Meliqulov, O. J., & Imamova, Y. A. (2022). DORI MODDALAR TARKIBIDAGI UMUMIY YOT ARALASHAMALARNI ANIQLASH. *Ta'lim fidoyilari*, 22(7), 256-259.
42. Нажмитдинов, Х. Б., Олимов, С. М., & Бахромова, Б. З. (2022). ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА ФРУКТА–ПЕРСИК. *Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences*, 2(9), 327-332.
43. Эрناзарова, М. Ш., & Бахромова, Б. З. (2022). Исследования свойств лекарственных растений содержащих алкалоид. *Science and Education*, 3(11), 106-116.
44. Эрназарова, М. Ш., & Бахромова, Б. З. (2022). Исследования свойств лекарственных растений содержащих алкалоид. *Science and Education*, 3(11), 106-116.
45. Olimov, S. M., & Bahromova, B. Z. (2022). ZANJABIL HAQIDA UMUMIY MA'LUMOT. TIBBIYOTDA QO'LLANILISHI. *Journal of new century innovations*, 14(1), 156-160.
46. Shernazarovna, E. M., & Zokirovna, B. B. (2023). KAMQONLIK SABABLARI VA UNI TABIIY YO'L BILAN DAVOLASH CHORALARI. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 15(1), 160-165.
47. Shernazarovna, E. M., & Zokirovna, B. B. (2023). YALPIZ (MENTHA) O'SIMLIGINING DORIVOR XUSUSIYATLARI. *Образование наука и инновационные идеи в мире*, 15(1), 169-172.
48. Shernazarovna, E. M., Zokirovna, B. B., & Shuxrat o'g'li, D. B. (2023). RAYHON O'SIMLIGIGA UMUMIY TAVSIF. *ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ*, 15(1), 166-168.
49. Shernazarovna, E. M., & Zokirovna, B. B. (2023). QANDLI DIABET KASALLIGI VA UNING ASORATLARI. *Journal of new century innovations*, 26(4), 116-121.
50. Bakhromova, B., & Mo'minboyev, D. (2023). THE LIFE OF ABU ALI IBN SINA AND HIS CONTRIBUTION TO THE FIELD OF PHARMACY. *Бюллетень педагогов нового Узбекистана*, 1(9), 39-42.
51. Бахромова, Б., & Муминбоев, Д. (2023, September). ОТНОШЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА К ПРИРОДЕ И ОТНОШЕНИЕ ПРИРОДЫ К ЧЕЛОВЕКУ. In *Международная конференция академических наук* (Vol. 2, No. 9, pp. 9-13).

52. Вахрамова, В., & Мо'минбойев, Д. (2023). SHIFOBAXSH ZANJABILNING TIBBIYOTDA QO'LLANILISHI. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(9), 86-89.
53. Вахрамова, В., Холбо'таева, К., & Мо'минбойев, Д. (2023). BIOLOGIK FAOL MODDALARNING INSON SALOMATLIGIGA TA'SIRI. *Инновационные исследования в науке*, 2(9), 5-8.
54. Zokirovna, B. B., & Khusan, K. (2023). VALERIAN ROOT IN THE TREATMENT OF SLEEP PROBLEMS AND RELATED DISORDERS-A SYSTEMATIC REVIEW AND METAANALYSIS. *Journal of Modern Educational Achievements*, 10(1), 21-27.
55. ZOKIROVNA, B. B., RAHMANOVNA, A. Y., & OGLU, M. D. J. (2024). DRUG ALLERGIC REACTIONS: CURRENT VIEWS. *Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi*, 18(5), 56-70.
56. ZOKIROVNA, B. B., OGLU, K. K. U., OGLU, M. D. J., & OGLU, D. B. S. (2024). PHARMACOEPIDEMOLOGY AND BIOINFORMATICS: EVOLUTION AND INTEGRATION OF ANALYTICAL WAYS ON PRECISION THERAPEUTICS ON CARDIOVASCULAR RISK. *Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi*, 18(5), 78-90.
57. Zokirovna, B. B. (2024). PROSTATIT KASSALIGI VA PROSTATATA BEZI EKSTRAKTIDAN DORI TAYYORLASHNING ZAMONAVIY USULLARI. *Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi*, 18(5), 71-77.