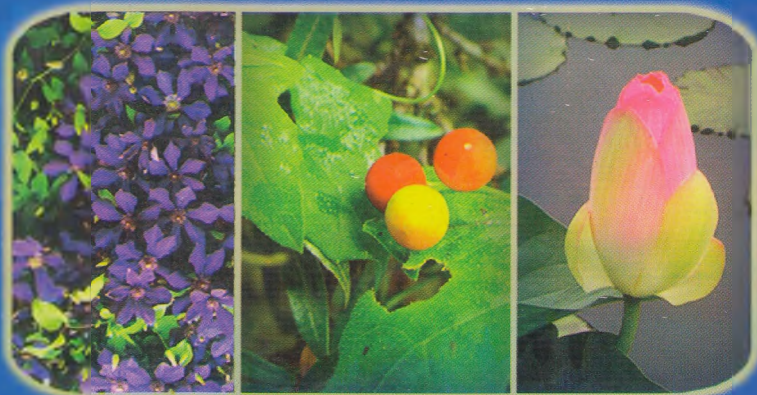


M.Ə.QASIMOV, T.A.QASIMOVA,
G.S.QƏDİROVA



XXI ƏSRİN DƏRMAN BİTKİLƏRİ



BAKI - 2006

M.Ə.QASIMOV, T.A.QASIMOVA, G.S.QƏDİROVA

Monoqrafiya
Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyasının
60 illik yubileyinə həsr olunub

XXI ƏSRİN DƏRMAN BİTKİLƏRİ

Azərbaycan Respublikası Təhsil Nazirliyinin
29 iyun 2005-ci il tarixli 528 sayılı əmri ilə ali
məktəb tələbələri üçün dərs vəsaiti kimi tövsiyə
edilmişdir.

BAKI — Elm — 2006

Baş elmi redaktor: M.Ə.Qasımov biologiya elmləri doktoru, professor, Respublika Lenin Komsomolu mükafatı laureatı, Moskvada botaniklər arasında keçirilən elmi-texniki baxışların 2 dəfə qızıl medalçısı

Elmi redaktorlar: E.V.Kuçerov Başkırdistan EA-nın müxbir üzvü, Başkırdistanın və Rusiyanın əməkdar elm xadimi, biologiya elmləri doktoru, professor

A.P.Gərayzadə kənd təsərrüfatı elmləri doktoru, professor, əməkdar elm xadimi

F.İ.İbrahimli tibb elmləri doktoru, professor

Rəyçilər: C.Ə.Nəcəfov, biologiya elmləri doktoru, professor

R.L.Sultanov, biologiya elmləri doktoru, professor

İ.Ə.Əhmədov kənd təsərrüfatı elmləri namizədi, professor

İ.Y.Məmmədov, ali dərəcəli həkim

Mayis Qasımov, Tünzalə Qasıмова, Gülər Qədirova. XXI əsrin dərman bitkiləri — Bakı: «Elm», ABU, 2005. 432 səh.+ 24 səh. şəkil.

Kitabda ilk dəfə olaraq Azərbaycan florasının tərkibində 1800 növdən artıq dərman bitkisi yayıldığı qeyd edilir. Öyrənilən dərman bitkiləri 140 fəsilə, 560 cins daxilində formalaşaraq ümumi floramızın 40 faizini təşkil edir. Dərman bitkilərinin 1720 növü yabanı, 80 növdən artığı mədəni, 1136 çoxillik ot, 193-ü ikillik, 140-ı birillik, 69-u yarımkol, 160-ı kol, 102-ni isə ağac təşkil edir. Bundan başqa müəlliflər monoqrafiyada ilk dəfə olaraq oxucu kütləsinə, eləcə də elm aləminə məlum olmayan yüzlərlə yeni dərman bitkiləri, onlardan hazırlanan 1000-dən artıq müalicə preparatları və onların hazırlanma üsulları haqqında elmi və praktiki məlumatlar vermişlər. Dərslərdə dərman bitkilərinin botaniki xarakteristikası, yayılma arealları, mənşəyi, kimyəvi tərkibləri, müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında geniş söhbət açılmaqla yanaşı, onların toplanması, qurudulması, saxlanması, əhəmiyyəti, istifadə olunma qaydaları haqqında da yeni elmi və praktiki məlumatlar geniş yer almışdır. Müəlliflər monoqrafiyada qeyd olunan və geniş müalicəvi spektrlərə malik olan bir neçə boyaq təbii dərman bitkilərindən ekstrakt, karotin, antosian və bioloji aktiv maddələrin alınması üçün yeni metod və üsullar işləyib hazırlamış 704971, 778230, 873674, 876686, 988845, 1143057, 1037674, 1575958, 1655102, 20000037, 20040107, 20040232, 20040169 sayılı ixtira və patentlərin, sınaq atklarının alınması haqqında maraqlı məlumat verirlər.

Dərslərdə qiymətli müalicəvi xüsusiyyətlərə malik olan lakin floramızda rast gəlinməyən bir neçə dərman bitkiləri haqqında da maraqlı məlumatlar verilir.

Kitabdan dərş vəsaiti kimi ATU, ABU, BDU, AİU, ADPU eləcə də özəl universitetlərin biologiya və tibb fakültələrinin tələbə və müəllim heyətinin, tibb mütəxəssislərinin istifadə etmələri ilə yanaşı geniş oxucu kütləsi də faydalana bilər.

ÖN SÖZ

*Eşit təbiətin ana səsinə,
Dili, damışığı asən küləkdir.
Onun bağladığı gül dəstəsini,
Nəsillər gəldikcə iyləyəcəkdir.*

Sərdar Əsəd

Doğma diyarımızın rəngarəng meşələri, çölləri, gölləri, çayları, vadiləri, dağları çox gözəldir, füsunkardır və həmçinin də faydalıdır. Hər tərəfdən quşların nəğməsini, dağ çaylarının hay-harayını eşidirsən. Elə bil günəş də hərarətini artırmış, torpağın köksü qabarmışdır. Torpaq altından baş qaldırmış körpəcə otlar ilıq bahar mehminin zəif təsirindən sanki rəqs edirlər. Aydın səmada qaranquş dəstələri görünür. Bu yurdumuza xoş qədəmlə dələn bahardır. Elimizə-obamıza bahar gəlib! Onu görmək istəsən, yamaqlara çıx, bağlara bax, çəmənləri gəz, meşələri dolaş. Durnaların nəğməsinə, yarpaqların pıçıtısına, çayların şırıltısına qulaq as...

Bahar yurdumuzun bağlarına, meşələrinə, çöl və çəmənliklərinə yaşıl don biçir. Təkcə insanların deyil, fəsillərin də «doğulma» günü var. İyun ayının 22-si ilin ən uzun gündüzü, yayın doğulma günüdür. Martın 22-si gündüzlə gecənin tarazlaşdığı gün, ötüb keçən qışla son vida günü — baharın ad günüdür!

Respublikamızın meşələri kimi çölləri də baharda daha gözəl və mən-zərəli olur. Çünki baharda torpaq hələ nəmliyini saxlayır, soğanaqlı və kö-kümsov gövdəli bitkilər öz zərif, al-əlvan çiçəklərini açmağa tələsir. Lalə, süsən, zanbaq, novruzgülü, bənövşə bir qədər sonra isə mavi gözlü peyğəmbər çiçəyi və sarı güllü xaççiçək ətrafa xoş ətir saçır, öz yaraşığı güllərini təbiətə bəxş edir. Bütün bunlar Azərbaycan ərazisinin zəngin bitki ehtiyatlarına malik olduğunu göstərir.

Sonra yay fəsli gəlir, təbiət yenə də öz vüqarını saxlayır. Yayda ağac və kolların qol-budaqları böyüyərək artır, sıxlaşır, əlvan çiçəklər, ağ rəngli ləçəklərlə əvəz olunur. Bunlar kölgəli sıx meşələrdə daha aydın seçilir və tozlandırıcı heşaratların nəzərini cəlb edir.

Azərbaycan florasının tərkibində əvəzi olmayan dünyanın heç bir yerində rast gəlinməyən dərman əhəmiyyətli bitkilərin zəngin fitosenozları adamı heyran edir.

Təqribən 145 il bundan qabaq görkəmli filosof-yazıçı Mirzə Fətəli Axundovun qələmə aldığı «Müsyö Jordan və dərviş Məstəli şah» əsərində nəbatat alimi Müsyö Jordanın dərman bitkiləri toplamaq üçün Parisdən Azərbaycana gəlməsi epizodu təsadüfi deyil. Bu, bizim çöllərin, çəmənlə-

rin, dağların, meşələrin — təbiətin bizə bəxş etdiyi müalicəvi bitkilərin zənginliyidir, təbiətin bizə əvəzsiz bəxşisidir.

Hazırda bütün dünyada xəstəliklərin müalicə və profilaktikasında təbii müalicə vasitələrinə qayıdış güclənməkdədir. ABŞ-da, İngiltərədə, Fransada, Yaponiyada, Türkiyədə, Balkan ölkələrində, Çində, Vyetnamda, Hindistanda, İranda, Pakistanda, Rusiyada eləcə də dünyanın bir sıra ölkələrində bitkilərin kimyəvi tərkibi öyrənilir və onların tərkibindən təsiredici maddələrin, xüsusilə qlikozidlərin, alkaloidlərin, kumarinlərin, flavonoidlərin, izoflavonoidlərin, antosianların, xlorofil, karotinoid, vitaminlərin, bir sıra bioloji aktiv maddələrin alınma üsullarının tədqiqi ilə məşğul olan çoxlu elmi tədqiqat institutları fəaliyyət göstərir.

Təəssüf ki, Azərbaycanda bu sahədə tibb universitetinin farmokologiya və eczacılıq fakültələrində, eləcə də Nəbatat İnstitutunun bir neçə elmi əməkdaşlarından başqa heç bir yerdə ciddi tədqiqat işləri aparılmır. Biz hələ də bir çox xəstəliklərin müalicəsi üçün lazım olan bitki tərkibli preparatları xaricdən çox baha qiymətə alırıq.

Respublikamızda 800 növə qədər dərmaq bitkisinin yayıldığı qeyd edilir (Dəmirov və başqaları, 1982). Lakin uzun illər aparılan elmi-tədqiqat, eləcə də təşkil olunan çoxsaylı ekspedisiyalar zamanı topladığımız herbari materiallarını tədqiq etməklə yanaşı, dünya ədəbiyyatlarını Rusiya, ABŞ, İngiltərə, Fransa, Almaniya və digər ölkələrdə dərman bitkilərinə aid dərc olunan qəzet, elmi jurnal və kitabları, eləcə də ixtira və patentləri araşdıraraq ilk dəfə elmi əsaslarla müəyyən etdik ki, floramızın tərkibində 1800 növə qədər dərman əhəmiyyətli bitkilərə təsadüf etmək olar. Bunlar 560 cins və 140 fəsilə daxilində birləşərək ümumi floramızın 40%-ni təşkil edir. Bunlardan 1720 növü yabani, 80 növü isə mədəni halda yayılmışdır. 1800 dərman bitkisindən 1136 növü çoxillik ot, 140 birillik, 193 növü ikiillik, 160 növü kol, 102 növü ağac, 69 növü isə yarımkoldur. Dərman bitkilərindən 420 növü kserofit, 370-i kseromezofit, 340-ı mezokserofit, 264-ü mezofit, 140-ı mezohidrofit, 24-ü hidrofit və s. təşkil edir. Dərman bitkilərinin 343 növü *Asteraceae*, 89 növü *Rosaceae*, 68 növü *Fabaceae*, 67 növü *Lamiaceae*, 58-i *Chenopodiaceae*, 57-i *Brassicaceae*, 53-ü *Caprifoliaceae*, 51-i *Ranunculaceae*, 36-ı *Liliaceae* fəsilələrində cəmləşmişdir. Öyrəndiyimiz 1800 növ dərman bitkisinin əksəriyyəti 20 fəsilə daxilində yerləşərək ümumi müalicə bitkilərinin 62,9%-ni təşkil edir. Floramızda yayılan dərman bitkilərinin bir çoxunun ehtiyatı böyük olduğuna görə, Azərbaycanın ehtiyacını tam ödəməklə bərabər, onları başqa dövlətlərə də ixrac etmək olar. Bunlardan itburnu, yemişan, köklükotu, adaçayı, qırxbuğum, qatırqayruğu, boymadərən, gicitkən, gülxətmi, əməköməci, daziotu, andız, şirinbiyan, sarağan, sumaq, zirinc, zəncirotu, çobanyastığı, novruzgülü, solmazçiçək, boyaqotu, səhləb, əvəlik, pərpərən, xəşəmbül, cacıq, baldırğan, bədrənc,

dağnanəsi, yarpız, yovşan, zoğal, xurma, cökə, murdarça, iydə, palıd, bağayarpağı, nar, üzərlik, çaytikanı və s. göstərmək olar (Qasımov M.Ə. və başqaları, 1995). Zəngin ehtiyatlara malik olan Azərbaycanın müalicə əhəmiyyətli bitki sərvətləri çox ucuz qiymətə şirinbiyan misalında xaricə daşınaraq yeni dərman preparatları hazırlanır və bizə çox baha qiymətə satılır.

Bundan əlavə təəssüflə qeyd etmək olar ki, keçid dövrü ilə əlaqədar olaraq «bir qrup işbazlar» təbiətə qarşı amansız olub nadir və qiymətli dərman bitkilərinin vəhşicəsinə, heç bir toplama qaydasına əməl olunmadan tədarük edərək bazarlara çıxarır, şəxsi gəlir mənbəyi kimi istifadə edirlər.

Bir neçə kəlmə də kitabın yazılma qaydası haqqında. Hörmətli oxuculara təqdim etdiyimiz «XXI əsrin dərman bitkiləri» kitabında respublikamızda rast gəlinən, eləcə də, mədəni halda becərilən, lakin bir çoxu indiyə qədər oxucuya məlum olmayan, əksər dövlətlərdə isə müalicə məqsədləri üçün istifadə olunan bitkilərin bir hissəsi əhatə olunmuşdur. Eyni zamanda son 35 ildə bizim tərəfimizdən insan orqanizmi üçün zərərsiz olan 40-dan çox bitkinin faydalı xüsusiyyətləri öyrənilərək kitaba daxil edilmişdir. Kitabda qeyd edilən bitkilərin bir qismi keçmiş SSRİ-nin eləcə də bir sıra xarici dövlətlərin farmakopeyasına daxil edilərək müalicəvi məqsədlər üçün geniş istifadə edilir. Digər hissəsi isə praktiki tibbdə, eləcə də Azərbaycan xalq təbabətində qədimdən istifadə edilir. Kitaba daxil edilən bitkilərin əksəriyyəti respublikamızın ərazisində geniş yayılmış və dünyanın bir çox ölkələrinin alimləri, o cümlədən də Azərbaycan alimləri tərəfindən öyrənilmişdir. Qələmə aldığımız kitabda söhbət açdığımız dərman bitkilərindən hazırlanan cövhərlərin, dəmləmələrin, şirələrin, şerablarnın, mürebbələrin, doşablarnın, çayların insan orqanizminə təsir mexanizmini düzgün müəyyənləşdirməyə çalışmışıq. Uzunmüddətli müşahidələr, təcrübələr, qədim təbabət irsi ilə dərin tanışlıq əsasında şəkər, vərəm, qan təzyiqi, ateroskleroz, qaymorit, göyöskürək, zökəm, zob, qrip, bəd şişlər, sonsuzluq, dəri xəstəlikləri, dırnaq, saç tökülməsi, duz, daşların, göz ağrısı, mədə və bağırsaq, zehnin korlanması və s. xəstəlikləri müalicə etmək üçün bəhs etdiyimiz bitkilərdən qarışıqların hazırlanması və onlardan istifadə qaydaları haqqında geniş məlumatlar verməyə çalışmışıq.

Ümid edirik ki, geniş oxucu kütləsinə təqdim edilən bu monoqrafiya onların stölyüstü kitabına çeviriləcək, indiki dərman qıtlığı və bahalığı zamanı gümrah həyat tərzini sürmək istəyənlər üçün yardımçı vasitə olacaqdır.

XALQ TƏBƏBƏTİNİN ÇOXƏSRLİK İNKİŞAF TARİXİNƏ QISA NƏZƏR

Qurudulmuş və üyüdülmüş suiları, tikan kolu kökünün tozunu ağ şam ağacının şporları ilə qarışdır və həmin məlhəmi ağrıyan yerə sür. 4500 il bundan qabaq qədim Şumer padşahı dövrünün həkiminə müraciət etsəydik, belə bir resept ala bilərdik. Bu tarixdə olan ilk müalicə reseptidir. Xəstələrə təyin edilən dərmanlar yeganə idimi? Əlbəttə, yox. Onlar nəinki yeganə deyildi, həm də yəqin ki, ilk dərman da deyildi, xəstəliyə tutulanların və yaralıların iztirablarını bu və ya başqa üsulla yüngülləşdirmək cəhdləri belə çox-çox qabaqlar olmuşdur.

Yəqin ki, ilk müalicə dərmanları insanın heyvanlardan ayrıldığı dövrdə, yəni təxminən 200 milyon il bundan əvvəl meydana çıxmışdır. Bəs həmin dərmanlar haradan götürülürdü?

Qədim insanabənzər meymunlar (driopiteklər) ucsuz-bucaqsız çöllərdə, meşələrdə dolaşaraq qida axtarı, bitkiləri toplayı və dadır, yoxlayır, orqanizmdə aşkar görünən dəyişikliklər törədə bilən bitkilərlə tanış olurdular. Bunların hansı qusma və ya ishal törədir, hansı adamı şənəndirir və ya dərin yuxu gətirirdi. Zəhərli bitkilər də seçilirdi. Onların təsirindən insan əvvəlcə qıcolmadan əziyyət çəkir, sonra isə ölürdü.

Sonralar müalicə etmək işini öz əllərinə almış cadugərlər, şamanlar və türkəçarələr aşkar təsiredici, amma işlətmək üçün təhlükəli olan bitkilərdən, yaxınlıqda bitən minlərlə başqa otlar və ələ düşən bir çox dava-dərman işlədirdilər. Beləliklə, dərmanlar sırasına demək olar ki, hər şey, bitən, sürünən, qaçan, tullanan bir çox məmullatlar düşürdü. Bu dövrdə təkə üyüdülmüş ilan yox, həm maral buynuzu və dırnağı, həm mifik təkbuynuzun dırnağı, həm sadəcə olaraq üyüdülmüş daş, xüsusi ilə daş-qaş müalicə dərmanı ola bilərdi.

Bunların hamısı xalis schrbazlıq kimi işlədilirdi. Hər halda o vaxtlar bəşəriyyət sivilizasiyanın ilk inkişaf pilləsinə çatan həkimlər meydana gəldilər, xəstəni sağaltmaq üçün xalqın cürbəcür maddələrdən istifadə etmək təcrübəsi onlara ən təsirliyinə seçib götürmək imkanı vermişdir. Beləliklə, dünyanın bir çox yerlərində xalq təbəbətinin izləri yaranmağa başlayırdı.

Xalq təbəbəti qədim elm sahələrindən biridir. Bəşəriyyətin inkişaf tarixi nəticəsində müxtəlif xəstəliklərin müalicəsi və qarşısının alınması məqsədi ilə tədqiq olunan bitki, heyvan və mineral mənşəli dərman maddələri barəsində empirik məlumatlar toplanır, onun nəsil-dən-nəslə verilməsi xalq təbəbətinin yaranmasına və inkişafına zəmin yaratmışdır. Elmi təbəbətdən fərqli olaraq, xalq təbəbəti nəzəri tibbin dərmanların təsiri haqqında məlumatlara əsaslanmadan müalicə vəsaitini yalnız empirik yolla seçmiş və tətbiq etməyə başlamışdır. Ulularımız elmi təfəkkürlü olmasalar da gündəlik

təcrübələr əsasında bitkilərin müalicəvi tərkibini öyrənib, onları sınaqdan keçirərək şəfaverici məlhəmlər hazırlamışlar. İlk əvvəl xarici göstəricilər ilə xəstəlikləri (yaraları, kəsikləri, çapıqları, sızanaqları, səpgiləri, qaşınmaları və s.) bitkilər vasitəsi ilə sağaltmağın primitiv üsullarını mənimsəmişlər. Zaman keçdikcə onlar bir sıra daxili xəstəlikləri də çiçəklərdən, otlardan, giləmeyvə və meyvələrdən alınan cövhərlərlə və şirələrlə müalicə etməyin sirlərini öyrənmişlər. Xalq arasından çıxan bilicilər və ara həkimləri, türkçəçarələr əhaliyə xidmət göstərmişlər. Bu vaxtlar insanlar əsas qida mənbəyi kimi ovlaqları vəhşi heyvanların ətindən geniş istifadə etmişlər. Bununla əlaqədar onlarda heyvanın anatomiyası barədə müəyyən məlumatlar yaranmışdır. Tarix boyu xalq təbabəti türkçəçarəliklə sıx əlaqədar olub, ara həkimlərinin və dindarların təsiri altına düşüb. Məhz buna görə də təbabətin müsbət rolu ilə yanaşı onun bəşəriyyətə zərəri də az olmamışdır. Məsələn, xalq təbabətində müalicə məqsədi ilə tətbiq olunan bitkilər arasında yüzlərlə zəhərləyici təsirə malik bitkilərə də rast gəlinir. Ara həkimləri bilmədən bunları xəstələrə içirdir, bununla da ölüm ilə nəticələnən ağrılar və zəhərlənmələr törənirdi. Buna görə də xalq təbabətinin qabaqcıl nümayəndələri xəstəliklərin müalicəsində bitkilərdən istifadə etməyin əleyhinə çıxaraq «təbiətin özü xəstəni müalicə edir» fikrini irəli sürmüşlər.

Xalq təbabətinin əsas dərman xəzinəsi bitkilər aləmi olmuşdur, hələ qədim vaxtlardan Həbəşistan çobanları qəhvə ağacı yarpağı yeyən keçilərin ümumi narahatlığını və gecələri olduqca həyəcanlı keçirdiklərini müşahidə etmişdilər. Sonralar qəhvə ağacı yarpaqlarının, meyvələrinin oyandırıcı təsirini öz üzərlərində yoxlayaraq buna qətiyyətlə inanmış və bu məlumatı Afrikadan Avropa ölkələrinə yaymışdılar.

Xalq təbabətinin inkişafında Hippokratın, Qalenin, orta əsrlərdə isə İbn Sinaanın böyük rolu olmuşdur.

Beləliklə, Şərq və bir sıra Avropa, Asiya ölkələrində o cümlədən Çində, Hindistanda, İranda, Kiçik Asiyada, Misirdə, Yunanıstanda, Romada da xalq təbabəti sürətlə inkişaf etməyə başladı.

Qədim Yunanıstanın məşhur həkimi Hippokrat (b.e.ə. 460–377) xəstəliklərin müalicəsində işlənən dərmanları sistemləşdirməklə bərabər öz müşahidələrinin əsasında təbiətin rolu ilə yanaşı həkimlərin də mühüm rolunu göstərir, «xəstəliyi təbiət sağaldır, həkim isə ona kömək edir» şüarını irəli sürürdü. Hippokrat yaşadığı dövr ərzində 200 növə qədər bitkinin müalicəvi təsiri haqqında elmi məlumat vermişdir.

Qədim Romada yaşamış məşhur yunan həkimi Qalen 500 növə qədər şəfa bitkilərindən dərman preparatları hazırlayaraq xəstələri müalicə etməyə başlamışdı. İndiyə kimi həmin preparatları Qalen preparatları adlandırırlar. Qalenin yazdığına görə, o zamanlar istifadə olunan 444 dərmanın 60-nı mədən mənşəli maddəbr təşkil edirdi.

Orta əsrlərdə yüksək inkişaf etmiş Şərq elm və mədəniyyət tarixi öz özəməti və zənginliyi ilə ümumbəşər mədəniyyətinin təkamülünə, formalaşmasına böyük təsir göstərmiş, onun ən dolğun qaynaqlarından biri hesab olunmuşdur.

Şərqdə geniş yayılmış, inkişaf etmiş elm sahələrindən biri də tibb və əczaçılıqdır. Sovet Ensiklopediyasında haqlı olaraq göstərilmişdir ki, ilk dəfə apteklər Şərqdə yaranmışdır. Şərq xalqlarının təbiəti intibah dövrü Avropa tibb elmini zənginləşdirmiş və onun qiymətli mənbələrindən biri olmuşdur. Elmin digər sahələrində olduğu kimi, tibb elmi Avropaya məhz Şərqdən yayılmışdır. Orta əsr müsəlman şərqində, islamın dərin kök saldığı dövrdə belə təsəvvür yarana bilər ki, dini əhkamlar praktiki elmlərin inkişafına mane ola bilərdi. İslam dünyasında tibb elmi haqqında bəhs edən məşhur şərqşünas E.Brayn da məhz belə yanlış fikirdə olmuşdur. Şərqin Əbu Əli İbn Sina, Əbu Reyhan Biruni, Zəkəriyyə Rozi, İbn Təhəməz, Ən-Nəfis, İbn Baytar, Əbül Həsən Əl-Tərəri, Əbu-Səhl İsa Çürçani, Ömər Osman, Azərbaycan alim-təbiblərindən Hübeyş-Tiflisi, İsmayıl Təbrizi, Məhəmməd Əhməd Xoye, Əbu Lətif Şirvani, Əbdül Həmid Təbrizi, Süleyman İrəvani, Seyd Əli Təbrizi, Məhəmməd Hüseyni, Təbib Qaracadağlı və bu kimi dünya şöhrətli tanınmış alimlərin olması yuxarıdakı fikri bir daha inkar edir.

Şərqdə yüzlərlə adlı-sanlı həkimlər tibbin həm praktiki, həm də nəzəri məsələləri ilə dərinlən məşğul olmuş və qiymətli əsərlər yazmışlar.

VII əsrdən başlayaraq xalq təbabətini ərəblər sürətlə inkişaf etdirirdilər. Bir neçə əsr müddətində ərəblərin müalicə əhəmiyyətini öyrəndikləri 2600 dərman maddəsindən 1400-ü bitki mənşəli idi. IX əsrdə bütün elmlərlə yanaşı tibb elmi də tədris olunan universitet açılmışdır. Orta əsrdə xalq təbabətinin inkişaf etməsində Şərqin məşhur alimi Əbu Əli İbn Sinanın çox böyük xidməti olmuşdur. O çoxlu dərman bitkilərinin tərkibini öyrənmiş və müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində onların tərsini göstərmişdir. İbn Sinanın məşhur əsəri «Tibb elmləri qanunu» kitabında 2800 növ dərman bitkisindən bəhs edilir, onların müalicəvi əhəmiyyəti və istifadə olunma qaydaları haqqında məlumat verilir. Orta əsrlərdə xalq təbabətinin inkişaf etməsində Azərbaycan təbiblərinin də böyük xidmətləri olmuşdur. Orta əsrdə Azərbaycanda da bir sıra elmlər inkişaf etmişdir. Hələ XI əsrdə Şamaxıda «Məhəmə Tibb Akademiyası» fəaliyyət göstərmiş və 17 növə qədər göbələkdən bir sıra dərman preparatları hazırlanmışdır. O vaxt Azərbaycan təbabətinin görkəmli nümayəndələrindən Əbu Mənsur Muvəffəqi, İbn Kəbiri, Həsən İbn Şirvani, Məhəmməd Əttar Səlyanlı, Məhəmməd Yusif Şirvani, İbrahim İbn Zeynalabdin Naxçıvani və s. göstərmək olar. Bunlardan Əbu Mənsurun xalq təbabətinin inkişafı sahələrində xidməti xüsusilə diqqətəlayiqdir. XI əsrdə xalq təbabətində tətbiq olunan dərmanları sistemləşdirərək, ilk dəfə dərmanşünaslığa dair əsər yazmışdır. Müasir əczaçılıq istiqamətində yazıl-

mış həmin əsər xalq təbabətinin inkişafına çox böyük təkan verdi. Müəllif öz əsərində 446 bitki təbiətli, 44 heyvan mənşəli dərman xammalının təsnifatını vermişdir. XIX əsrin axırlarında Əli Mənsurun bu kitabını M.A.Axundov ərəb dilindən alman dilinə tərcümə etmiş və kitab şəklində 1893-cü ildə Almaniyada çap etdirmişdir. Səfəvilər dövründə yaşayıb-yaratmış Azərbaycanın görkəmli yazıçısı Seyid Məhəmməd isə 1400-dən çox dərman vasitələrinin ətraflı təsvirini və istifadə yollarını göstərmişdir. Rusiyada xalq təbabəti əsas etibarilə XVIII əsrdən inkişaf etməyə başlamışdır. Birinci Pyotrın əmri əsasında Peterburqda dərman bitkilərini becərmək üçün «aptekar bostanları» salınmağa başlandı, sonralar bu «bostanlar» nəbatat bağları ilə əvəz olundu. Rus xalq təbabətinin nümayəndələri müalicə məqsədləri üçün müxtəlif dərman bitkilərindən istifadə edirdilər. Hətta bazarda belə dərman bitkiləri satılırdı. Sonralar dərman bitkilərinin təsiri və onlardan səmərəli istifadə etmək barədə rus təbiblərinin əlyazmaları meydana çıxdı ki, onlar da «travnik» və «leçebniki» adlanırdı.

Xeyli sonralar xalq təbabətinin xalq gigiyenası adlanan sərbəst sahəsi inkişaf etməyə başlayır ki, bu da insanların sağlamlığını, işgüzarlığını qorumaq, xəstəliklərin qarşısını almaq, əlverişli yaşayış yeri düzəltmək, kurort-sanatoriya zonaları təşkil etmək, qida məmulatlarının keyfiyyətini yüksəltmək, yemək və içmək rejiminə riayət etmək, xəstəliklər zamanı pəhriz yeməklərindən istifadə etmək və s. bu kimi məsələlərlə məşğul olurdu.

Sovet imperiyasının hökmranlığı dövründə onun sərt qanunları xalq qiymətli sərvətdən ayırmış, daha doğrusu, xalq təbabəti vasitələri ilə müalicə üsullarını yasaq etmişdir. Son illər respublikamızda demokratiyanın bərqərar olunması sayəsində bu əvəzsiz xəzinə yenidən xalqa qaytarılmışdır. Müasir dövrdə nəinki xalq təbibləri, hətta elmi təbabətlə məşğul olanlar, el qaynağından istifadə edərək səmərəli nəticəyə əldə edirlər.

Hazırda elmi təbabət xalq təbabətinin bütün sirlərini ətraflı öyrənir və onun zəngin xəzinəsindən səmərəli istifadə etməyi qarşısına əsas məqsəd kimi qoymuşdur.

Mamırkimilər — *Bryophyta* İslandiya mamırı — *Cetraria islandica*

Mamırkimilər — *Bryophyta* bitkilər aləmində xüsusi yer tutur, 20 minə qədər növü öz ətrafında birləşdirir. Mamırkimilərin nümayəndələri budaqlı bitkilər hesab edilir. Mamırlar inkişaf təkamülünə görə yosun və şibyələrdən kəskin surətdə fərqlənirlər. Alimlər mamırkimiləri əsasən 3 böyük sinifə bölürlər.

Mamırkimilərdən xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində müalicə, boyaq, aşı, vitamin ekstraktlarında, bir çox məqsədlərdə işlədilir.

Müalicə məqsədləri üçün İslandiya mamırından istifadə edilir.

İslandiya mamırı və yaxud «Tundura jənşeni» — *Cetraria islandica*.

İslandiya mamırı — kollaşmış şibyə olub, yaşıntılı-qonur və ya bozumtul rəngli qalın yarpaqları ilə birlikdə tükcüklərlə torpağa bərkimişdir. Quru isti havada yarpaqları sərt olur və tez qırılır, nəmli havada isə elastikləşərək dərini xatırladır.

İslandiya mamırı Tundranın meşə rayonlarında, Rusiyanın bütün ərazisində, o cümlədən də şam meşələrində, qumlu torpaqlarda, quru torflu sahələrdə və s. yerlərdə geniş yayılmışdır.

İslandiya mamırı qəribə bitkidir o, istənilən çətin şəraitdə inkişaf edib, yaşama qabiliyyətinə malikdir. O, şimal qütbünün ən sərt saxtalar keçən ərazilərində 60 dərəcə saxtaya dözüür, 70°C-də quruyub solur və hava nəmləşən kimi yenidən dirçəlib yaşamağa başlayır. Möhkəm həyat qabiliyyətinə malik olan bu bitki öz sirrini uzun müddət alimlərə açmamışdır. XIX əsrin ortalarında nəhayət ki, alimlər bu qəribə bitkinin uzun müddət gizli saxlanan sirrini açmağa nail oldular. Alimlər belə nəticəyə gəldilər ki, bu bitki sinbi-ozdur — yəni göbələk və yosunun qarışığından ibarətdir.

Bu qəribə bitki şam meşələrində geniş yayılaraq, kiçik bozumtul-yasıl kolluq olub, sanki maral çovdarına oxşayır.

Bu bitkidə çox qiymətli və faydalı maddələrin zəngin spektri formalanmışdır. Mamırın tərkibində sulukarbohidratlar, zülal, piyli yağ, müxtəlif turşular, o cümlədən askorbin və foli turşusu, B vitamin qrupu, çoxlu mikro və makroelementlər — dəmir, mis, manqan, titan, nikel, xrom, bor və anti-biotik xüsusiyyətli maddələr aşkar edilmişdir. Həmçinin bunlar yüksək anti-mikrob aktivliyə malikdir.

Şimal zonaların xalqları çox qədimdən bu qəribə bitki ilə faydalanmışlar. İslandiya xalqları ondan qida kimi istifadə edir, buğda və çovdar unu ilə qarışdırıb müxtəlif növ çörək hazırlayırlar. İslandiya mamırı orqanizm tərəfindən yaxşı həzm olunur, daxili orqanların iş qabiliyyətini yaxşılaşdırır, cinsi orqanların fəaliyyətini artırır. Yerli əhali mamırdan hazırlanan çöreklərə o qədər aludə olmuşdular ki, buğda və çovdar çörəyinə meyilləri azalmışdır.

Mamırdan şəkər, şirə, spirt, Fransada isə marmelad hazırlayırlar. Kareliya və Murmansk vilayətlərində yaşayan xalqlar isə İslandiya mamırından sıyıq xörəkləri hazırlayır, kisel, sulu jele, süd, çaxır və s. əldə edirlər. Bu faydalı qida bitkisinin şəkərli diabeti olan xəstələrin xörəklərinə qatılmasını məsləhət görürlər. İslandiya mamırı ekoloji cəhətdən elə yerlərdə bitir ki, onun tərkibində insan orqanizmi üçün zərərli maddələrə rast gəlmək mümkün deyildir.

Bitkidən qida məhsulları hazırlamaq üçün əvvəlcədən onun tərkibindəki acı maddələri kənar etmək lazımdır. Bunun üçün 5 q sodanı götürüb 1 litr suya töküb həll olunana qədər qarışdırın. Sonra mamırı sodalı suya töküb yuyun. Yumarı o vaxta qədər davam etdirin ki, mamırın tərkibindəki acılıq aradan qalxsın. Mamırı yuyan zaman suyu tez-tez dəyişdirin. Bitkini qurutduqdan sonra yeyinti məqsədləri üçün istifadə edirlər. Bundan başqa qurudulmuş bitki xammalını xırda hissələrə salıb, şüşə bankalara doldurub yeri gəldikcə xörəklərin tərkibinə qatırlar. Yaxşı qurudulmuş bitki xammalı öz qidalıq keyfiyyətini itirmədən 3–4 il saxlayır. Bitki qiymətli müalicə xüsusiyyətlərinə də malikdir. İslandiya mamırından alınan preparatların köməyi ilə yumşaldıcı, mikrob əleyhinə, ümumi möhkəmləndirici, bəlgəmgətirici, antiseptik, yarasagaldıcı vasitə kimi də istifadə edilir. Xalq təbabətində bitkidən çoxdandır ki, müxtəlif xəstəliklərin, o cümlədən mədə-bağırsaq, soyuq-dəymə, ağciyər-bronxunun, dəri xəstəliklərinin, şəkərli diabetin, göyöskürək, astma, həmçinin ağır xəstəliklər zamanı orqanizmin zəifliyinin aradan qaldırılmasında geniş istifadə edilir. İslandiya mamırından istifadə edərkən həkimin məsləhətinə ehtiyac qalmır, çünki həkimlər bitkinin tərkibindən insan orqanizminə zərərli təsir göstərən heç bir maddə aşkar etməmişlər.

İslandiya mamırından müalicəvi preparatların hazırlanması.

Pnevmaniya zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış quru İslandiya mamırından götürüb 0,5 litr isti suya və yaxud südə əlavə edin və zəif od üzərinə qoyub 5 dəqiqə qaynadın. 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra stəkanın 1/2 hissəsinə qədər gündə 3 dəfə qəbul edin.

Vərəm, bronxit, astma, mədə və onikibarmaq bağırsaq yaralarının, mədə turşuluğunun aradan qaldırılmasında. 4 xörək qaşığı doğranmış İslandiya mamırından götürüb, içərisində 3 stəkan qaynar su olan emal qaba tökün və ağzını qapaqla möhkəm bağlayıb, 30 dəqiqə qaynadın. Soyudub süzdükdən sonra aldığınız ekstraktan gün ərzində 3 dəfə yeməkdən əvvəl qəbul edin.

Xroniki bronxit, ağ ciyər emfizemasi zamanı. 1 xörək qaşığı quru İslandiya mamırını 1 stəkan həcimində süd olan emal qaba tökün və qabın qapağını bağlayıb, zəif od üzərinə qoyun, 5 dəqiqə qaynadıb süzün. Aldığınız dəmləməni isti-isti yatmadan əvvəl qəbul edin. Səhərlər isə İslandiya ma-

mırını, ögeyana bitkisi ilə 1:1 nisbətində qarışdırıb, 15 dəqiqə dəmlədikdən sonra acqarına için.

Göyöskürək zamanı. 1 xörək qaşığı İslandiya mamırı ilə kəklükotu qarışığından 1:1 nisbətində götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 5 dəqiqə dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə yarım stəkan həcmində uşağa içirdin.

Bronxial astma zamanı. 3 xörək qaşığı İslandiya şibyəsi, bağayarpağı, üçrəngli bənövşə otundan, qaraqarağatın yarpaqlarından, 1 hissə cürə toxumalarından, 1 hissə şirinbiyan kökündən və 4 hissə ögeyana bitkisindən götürüb bir-birilə qarışdırın. Aldığınız qarışıqdan 4 xörək qaşığı götürün, 2 stəkan suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirib saxlayın, 2 saat dəmlədikdən sonra süzüb aldığınız ekstraktdan gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Xroniki zökəm zamanı. 1 xörək qaşığı mamır, 1 xörək qaşığı daziotu, 1 xörək qaşığı yapon soforası və 2 xörək qaşığı sürvə götürüb bir-birilə qarışdırın və 1 litr suya töküüb 30 dəqiqə qaynadıb süzün. Yatmazdan əvvəl çaynikdə dəmlədiyiniz çox da isti olmayan ekstraktdan götürüb burun deşiklərinizi yuyun.

Qəbizlik zamanı. 1 stəkan doğranmış şibyədən götürüb 2 litr soyuq suya tökün və 1 gün saxlayıb cövhərini çıxardın. Sonra aldığınız ekstraktdan gündə 3 dəfə 0,5–1 stəkan həcmində yeməkdən əvvəl qəbul edin. Əgər ekstrakt güclü təsir edərsə bu zaman onun miqdarını azaldın. Müalicə kursu 10–15 gündür.

Kəsik, yara, irinli səpgilərin, çiban və yanıqların müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış mamırdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun, 30 dəqiqə bişirib soyudun. Süzüb soyutduqdan sonra xəstə nahiyələri yumaqla bərabər kompres edin. Sarğıni gündə 3 dəfə dəyişin.

Çibanların müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış İslandiya mamırından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 10–15 dəqiqə bişirdikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktdan gündə 3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Damarların varikoz genişlənməsi zamanı. 5 hissə İslandiya mamırından və qatırquyruğunu götürüb, 3 hissə rəvəndə kökü, solmazçiçək, 2 hissə tozağacı, palıd, 2 hissə atşabalıdı meyvəsi, 2 hissə çiyələk kökünü götürüb bir-birilə qarışdırın. Sonra qarışığı 0,5 litr qaynar suya tökün, zəif od üzərinə qoyub 5 dəqiqə bişirin. Soyudub, süzdükdən sonra gündə 3–4 dəfə 1 stəkan qəbul edin.

Təmizləyir və cavanlaşdırır. İslandiya mamırının ən əhəmiyyətli xüsusiyyətlərindən biri də hormon sisteminin işini normallaşdırmaq və maddələr mübadiləsini nizamlamaqdır. Bundan başqa orqanizmi uzun müddət yağılıb qalmış zəhərli təsirə malik maddələrdən təmizləyir və cavanlaşdırır.

Qalxanabənzər vəzinin hiperfunksiyasının (diffuziya nəticəsində zəhərlənən zobun) müalicəsində. Bunun üçün 4 hissə İslandiya mamırı, andız kökü, yemişan meyvəsi, 6 hissə bədrənc və pişikotu kökü, 3 hissə sürvə (şalfey) otu, şirinbiyan kökü, 5 hissə mayasarmaşığının qoz meyvəsindən götürün. 1 xörək qaşığı qarışıqdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat dəmləyib süzün. Sonra hazırladığınız dəmləmədən stəkanın 1/2 hissəsi qədər gün ərzində 3 dəfə yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl qəbul edin.

Alergiyaya qarşı. Stəkanın 1/3 hissəsi qədər təzə İslandiya mamırından götürüb 2 saat suda yuduqdan sonra süzəcə töküb qurudun. Qurutduqdan sonra 0,5 litr qaynar suya töküb zəif od üzərinə qoyub 20–25 dəqiqə bişirin. Süzüb təmizlədikdən sonra dəmləmədən gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Orqanizmin zəhərli maddələrdən və şlaklardan təmizlənməsi məqsədilə. 2 xörək qaşığı təzə İslandiya mamırından götürüb üzərinə 1 stəkan alma turşusu əlavə edib 2 saat ərzində cövhərini çıxardın və axşamlar 1 çay qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu 2 həftədir.

Hər zaman cavan və gümrək olmaq istəyirsinizsə. 2 xörək qaşığı təzə və yaxud 1,5 xörək qaşığı həcmində quru İslandiya mamırından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb zəif od üzərinə qoyub, 10 dəqiqə bişirin. Sonra soyudub, süzün və gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin.

Yapon alimləri müəyyən etmişlər ki, İslandiya mamırının yaşıl çay və müalicə otları ilə qarışığından hazırlanan dəmləmə və cövhərlər **xərçəng xəstəliyini müalicə etmək üçün** ən əhəmiyyətli vasitələrdən biri sayılmalıdır. Bunun üçün 2 hissə doğranmış quru mamır, qırxbuğum (yolotu), dazıotu, dəmrovotu, 3 hissə bağayarpağı, su bibəri, gicitkən yarpağından götürüb bir-birilə yaxşı-yaxşı qarışdırıb üzərinə 100 q yaşıl çay əlavə edin. Qarışıqdan 4 çay qaşığı götürüb 4 stəkan həcmində isti suya töküb zəif od üzərinə qoyub 3 dəqiqə qaynatdıqdan sonra süzün. Aldığınız ekstraktıdan isti halda gündə 4 dəfə 1 stəkan yeməkarası xəstəyə verin.

Papirosu tərgitmək üçün heç bir çətin problem yoxdur. Bunun üçün sizə aşağıda qeyd etdiyimiz müalicə üsulu kömək edə bilər. Belə ki, İslandiya mamırı, qatırquyuğu, qaranquş otu, 2 hissə ladannik otu, 3 hissə gicitkən, 1 hissə qırxbuğum götürüb bir-birilə yaxşı qarışdırın. Sonra qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb, 10 dəqiqə zəif od üzərinə qoyub qaynadın. 1 saat dəmləyib soyudaraq süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməkdən sonra qəbul edin. Hal-hazırda apteklərdə İslandiya mamırından hazırlanan «Evozin» preparatı satılır ki, bundan dəri xəstəliklərində — çibanların, qurdeşəni (dəri vərəmi), varikoz (bədənin tük olan hissələrində kiçik irinli civzələrdən ibarət dəri xəstəliklərində), «Paramisin» preparatından isə açıq formalı vərəm xəstəliyini,

«Binar» preparatından isə yanıqların, varikoz, trofiq yaraların, təzə cərrahiyyə aparılmış tikiş yaralarının müalicəsində geniş istifadə edilir.

Şam — *Pinaceae* fəsiləsi Eldar şamı — *Pinus eldarica*

Dünya florasının tərkibində şamın 100-dən artıq növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 6, o cümlədən Azərbaycanda 2 növünə rast gəlinir. Eldar şamı — *Pinus eldarica* hündürlüyü 8–12 m olan, əlverişli şəraitdə isə 20 m-ə çatan, düz və əyri gövdəli ağacdır. Onun aşağı əyilmiş uzun budaqları geniş çətir yaradır. Köhnə gövdələrin qabığı qonur-boz olur, üzəri çatçatdır, cavan gövdələrinin qabıqları açıq-boz rəngdədir. Eldar şamı Azərbaycanda mədəni halda yaşıllaşdırma məqsədi üçün geniş surətdə əkilib-becərilir. Şam bitkisi çıpaq toxumlular tipinin elə bir növüdür ki, bunlar çiçəkli bitkilərin yer üzərində ilk inkişafı zamanı öz çiçəklənmə dövrünü başa vurmaqda idi. Lakin şam kimilərin içərisində elə cinslər də vardır ki, onlar nəinki yox oldular, hətta çoxaldılıb yer üzünün şimal hissələrinə qədər gəlib çatdılar. Şam da bu bitkilərdən biri hesab edilə bilər.

Şam ağacı ən çox yayılan meşə mənşəli bitkilərdəndir. Əzəmətli, gözəl görünüşə malik olub, xoş ətrini ətrafa yayaraq havanı təmizləyir, insanın nəfəs almasını asanlaşdırır. Ağ ciyəri xəstə olanlara şam meşələrində dincəlməyi məsləhət görürlər. Qədim yunan əfsanələrində qeyd edilir ki, şam ağacı antik dövrdə allahlar içərisində ən şux və şən görünən Papa Allahının ağacı hesab edilirdi.

Şam ağacı dünyanın bir çox xalqları arasında sevilə-sevilə əkilib-becərilir. Belə ki, yapon və Çin xalqları arasında şam ağacı əbədilik və uzunömürlülük, Finlandiyada isə həyat, Koreyada doğruluq və dözümlülük rəmzi kimi təsvir edilir. Kiçik Asiya ölkələrində isə şam ağacı ölməzlik və bərəkət simvolu hesab edilir. Slavyan xalqları isə toyları, şən mərasimləri, bayramları şam ağaclarının ətrafında qeyd edirlər. Şam ağaclarının yayıldığı sahələr ağ, enliyarpaq və çayır göbələklərinin xəzinəsi hesab edilir. Nahaq yerə demirlər ki, «Şam kəsildə göbələklər bir-biri ilə pıçılacaq».

Şam meşələrindəki cıgırlardan keçərkən sanki iynəyarpaqlardan toxunmuş qalın yumşaq xalça üzərində yeridiyini hiss edirsən.

Çox qədim zamanlarda insanlar şamın bal kimi şirin tozcuqlarını müalicə məqsədləri üçün qidalarına qatıb yeyərmişlər. Aclıq illərində şamın iynə yarpaqlarını qurudub, sonra toz halına salaraq çovdar ununa qatıb, sıyığını hazırlayıb yeyərdilər. Leninqradın mühasirəyə alındığı günlərdə əlavə qida məhsulu kimi şamın iynə yarpaqlarından vitaminli «surroqat» içkisinin istehsalı təşkil edilmişdir.

Şam qədim dərman bitkilərindən hesab edilir. Belə ki, bizim eradan 3 min il əvvəl şumerlərin gildən düzəldilən cədvəldə verilmiş 15 dərman bitkisinin siyahısında şamın da adı çəkilir.

Şumerlər şamdan hazırladıkları sarğıları bədənin ağrıyan nahiyəsinə qoyub ağrını kəsərmişlər. Tarixi mənbəyi araşdırarkən məlum olur ki, XVIII əsrdə şam tumurcuqlarını qurudub un şəklinə salıb bal ilə bişirərək böyrək xəstəliklərini müalicə edərmişlər. XIX əsrdə təşkil olunan bir çox ekspedisiyalarda əsasən şam tumurcuqlarını toplamaqla məşğul olmuşlar.

Şamın bütün hissələrindən: qabıq, tumurcuq, qoz, cəvan budağından, yarpağından, şirəsindən, qatran, kanfol və s. hazırlanan dəmləmə, cövhər, məlhəm və digər preparatlardan müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilmişdir.

Şamın bütün hissələrinin tərkibindən 3,5%-ə qədər qatran turşusu, tumurcuğından isə 0,36% efir yağı, aşı maddəsi, aşı maddə pinicikrin — $C_{22}H_{36}O_{11}$, iynə yarpaqlarından 0,1–0,3% askorbin turşusu, 5% aşı maddəsi, 0,13–1,30% efir yağı, toxumundan 26–32%-ə qədər piy yağı, yarpaq və qabıq hissəsindən isə antosian tapılmışdır. Oduncağından qatı terpentini maddəsi alınır ki, bunun da tərkibi çoxlu efir yağından və terpenoidlərdən ibarətdir. Su ilə pərəqonka etməklə qatı qatran alınır. Qatranın tərkibi isə yağ, fenol, ksilol və toluoldan ibarətdir. Qatı maddəni adi pərəqonka etdikdə skipidar alınır.

Müasir tibbdə şam tumurcuqlarından hazırlanan dəmləmələrdən bəlgəmgətirici, dezinfeksiyaedici, sidikqovucu vasitə kimi istifadə edilir.

Leninqrad (Sankt-Peterburq) şəhərində yerləşən Meşə-texniki Akademiyasının laboratoriyalarında şamın iynəyarpaqlarından yağda həll olunan xlorofil-karotin pastası əldə edilmişdir. Həmin pastadan cərrahiyyədə, stomatologiyada və tibbin müxtəlif sahələrində müvəffəqiyyətlə istifadə edilir. Bundan başqa iynəyarpaqdan daha qiymətli karotin-xlorofil maddəsi alınmışdır ki, bu da xoşagəlməz iylərin aradan qaldırılmasında istifadə olunur, laboratoriyada hazırlanmış «Lesnaya» diş pastasının köməyi ilə ağız boşluğunu dezinfeksiya etməklə yanaşı, diş qanaxmalarının aradan qaldırılmasında da istifadə edilir. İynəyarpağından hazırlanan «meşə» adlı sabun kiçik kəsikli yaraları tez sağaldır, yanqları müalicə edir.

Şamın iynəyarpaqlarından hazırlanan cövhər və dəmləmələrdən müxtəlif soyuqdəymələrdə bəlgəmgətirici və dezinfeksiyaedici vasitə kimi istifadə edirlər. Hal-hazırda skipidardan hazırlanan terpinhidrat preparatından bronxial astmada bronxlarda olan bəlgəmin tezliklə kənar edilməsində istifadə edilir. Şamın iynəyarpaqları qiymətli vitamin mənbəyi sayılır. Ondan hazırlanan cövhər və qarışıqlardan hipo və avitaminozlarda işlədilir.

Ev şəraitində şamın iynəyarpaqlarından tərkibində zəngin C vitamini olan konsentratı aşağıdakı kimi hazırlayırlar: 4 stəkan yaxşı yuyulmuş iynə-

yarpağı və qabaqcadan hazırlanmış 8%-li sirkə turşusunu 2 stəkan soyuq suyun üzərinə tökürlər. Sonra turşulaşdırılmış suda olan iynəyarpaqları 3 gün soyuq mühitdə dəmləyirlər. Bundan sonra ekstraktı təmiz parçadan və yaxud pambıqdan süzülür. Cövhər ağızda acı tam verəcəkdir. Bu acılığı aradan götürmək üçün cövhərin üzərinə ya şəkər, ya da meyvə şirəsi əlavə edib, gündə 1 stəkan daxilə qəbul etməyi məsləhət görürlər. Bununla da orqanizmin C vitamininə olan tələbatını təmin edirlər.

Müasir kosmetika və dermatologiya sahəsində şamın tumurcuq və iynəyarpaqlarından hazırlanan preparatlarla uzun sürən sağalmaz yaraların, tezliklə qaysaq bağlayb yeni epitel toxuması ilə bərpa edilməsində, yanıqlarda, donvurmalarda, ekzemaların müalicəsində, soyuqdəymədə, tonusun artırılmasında və s. işlədilir.

Bundan əlavə şamdan hazırlanan krem və mazlardan əl və üz dərilərinin qidalandırılmasında, ağız boşluğu soyuqdəymələrində, dişlərin dibində baş verən qanaxmaların dayandırılmasında istifadə olunur.

Slavyan xalqları dəridə olan ekzema və dəmrovun müalicəsində şamın qatran maddəsindən istifadə edirlər.

Bolqarıstan kosmetoloqları şamdan hazırlanan dəmləmə, cövhər və vannalardan bir sıra dəri xəstəliklərinin müalicəsində, Çində isə dəri və ayaqlarda əmələ gələn göbələk xəstəliklərinin müalicəsində istifadə etməyi məsləhət görürlər.

Xalq təbabətində tumurcuğundan hazırlanan dəmləmə və cövhərdən bədən boşluqlarında toplanan suların, bronxitin, yuxarı nəfəs yollarının soyuqlamasında, öd kisəsi xəstəliklərində, eləcə də qantəmizləyici vasitə kimi dəri xəstəliklərində, maddələr mübadiləsinin pozulmasında, kəskin ağrıbaşı qanaxmalarının qarşısının alınmasında, raxit, böyrəkdə, sidik kisəsində olan daş və qumların təmizlənməsində geniş tətbiq edilir.

Şamdan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Şamın zolu ilə diabetin müalicə edilməsi. 4 xörək qaşığı zoldan götürüb 1 litr qaynar suya töküüb 1 gün ərzində dəmləyin. Sonra ehtiyatla süzüb, gündə 3 dəfə 3 xörək qaşığı qəbul edin. İki həftə qəbul edib 5 gün istirahət verdikdən sonra müalicəni yenidən təkrar edin. İl ərzində müalicə kursunu 5–6 dəfə təkrar edin. Müalicə kursunu qəbul edən zaman keyfiyyətli qida məhsullarından istifadə etməyi məsləhət görürlər.

Şam qatranı ilə soyuqdəymə və öskürəyin müalicə edilməsi. Bunun üçün birinci dəfə 2–3 q, sonra isə 4–5 q qatrandan dilinizin üstünə qoyub, yavaş-yavaş sormağa başlayın. Qatranı cökə şəklinə salıb çeynəyə də bilərsiniz. Bu əməliyyat yatanda da sizi narahat etməz. Sonra fitonsid nəfəs almanı yaxşılaşdırmaqla yanaşı nəfəs yollarını dezinfeksiya edəcəkdir.

Şam kəpəyi ilə damar ağrılarınun müalicə edilməsi. 500q təzə şam kəpəyindən götürüb 1,5 litr qaynar suya tökün. İsti yerə qoyub 2–3 saat cöv-

hərini hazırlayın. Sonra isti halda ağrıyan nahiyəyə kompresini qoyun. Nə vaxt ki, kompres soyudu onda sarğıni açın.

Doğranıb xırda hissələrə salınmış şam yarpaqları ilə qrip və soyuq-dəymənin profilaktikası. Şam yarpaqlarını xırda hissələrə salıb, nimçəyə və yaxud qutuların içərisinə səpib xəstə yatan otağa qoyun.

Şam balıncı ilə öskürək və kəskin bronxitin müalicəsi. Tənzifdən balıncı düzəldib, içərisini şam yarpaqları ilə doldurub üzərinə ağ şam və yaxud adi şam yaşı damızdırın. Bu cür balıncı xəstə bir neçə gün yatdıqdan sonra sağalmağa başlayacaqdır. Şam yarpaqlarının 1:1 nisbətində propolislə qarışığı daha effektiv müalicəvi təsir göstərəcəkdir.

Şam tilişgəsi ilə dəmrovun müalicəsi. Şam tilişgəsindən hazırlanan qatrandan götürüb yandırın. Sonra söndürüb tüstüsünü dəmrov olan nahiyəyə yönəldin. 7–8 dəfə aparılan əməliyyatdan sonra dəmrovun tamamilə sorulub sağaldığının şahidi olacaqsınız.

Şam şirəsi ilə diş dibinin, soyuqdəymə və öskürəyin müalicəsi. Cavan şam ağacının qabığını gövdəsindən ayırın. Qabıq və gövdənin arasında şirəli və dadlı kambi qatı yerləşdiyini görə bilərsiniz. Onu gövdədən qaşırıb çıxardaraq, yavaş-yavaş dişlərinizlə çeynəyib şirəsini çıxardıb udun.

Qatrandan hazırlanmış qoğal ilə çətin sağalan irinli yaraların müalicəsi. Bir və yaxud bir neçə tikə şam qatrandan götürüb, barmaqlarınızla əzib azca su əlavə edərək qarışdırıb qoğal halına salın. Sonra qoğalı ağrıyan yaranın üzərinə yaxub sarıyın. Sarğıni 1–2 gün saxlayıb açın, azca istirahət verdikdən sonra əməliyyatı yenidən təkrar edin. Əməliyyatı yara tam sağalıb qurtarana qədər davam etdirin.

Şamın tumurcuqlarını erkən yazda və yaxud qış dövründə toplayır və qurudub saxlayırlar. Qurudulmuş xammalın saxlama müddəti 2 ildir.

Taxıllar — Poaceae fəsiləsi

Qarğıdalı — Zea mays

Qarğıdalı Amerika qitəsinin yerli bitkisidir. ABŞ qarğıdalının ilk vətəni hesab edilir.

Qarğıdalını mədəni halda ABŞ-ın dəniz səviyyəsindən 3500 m yüksəklik sahələrində və 2000 m-ə qədər hündürlükdə olan tropik zonalarının ərazilərində əkib-becərilir.

Qarğıdalı qədimdən mədəni halda becərilən bitkilərdən hesab edilir. Meksika ölkəsinin ərazisində 60 min il bundan qabaq qarğıdalının saçaqları aşkar edilmişdir. Bitki 1492-ci ildə Kolumb tərəfindən Avropaya gətirilmişdir. Qarğıdalıdan qida məqsədləri üçün ilk dəfə Cənubi Amerikada yaşayan hindu tayfalar istifadə etmişdirlər.

Qarğıdalı hündürlüyü 1–3 metrə çatan, sarı-qırmızı rəngdə qıçaya malik olan birillik ot bitkisidir. Qarğıdalı dənli bitkilərin ən qədimi hesab edilir.

Qarğıdalı qida əhəmiyyətindən başqa, müalicəvi təsirə malik bitki hesab edilir. Belə ki, bitkidən alınan yağ aterosklerozun və trombus müalicəsində işlədilir.

Xalq təbabətində isə qarğıdalının dişisinin saçaqlarından istifadə edilir.

Kimyəvi tərkibi. Qarğıdalı dişiciyinin saçaqlarının tərkibində — 20,5% yağ, 0,12% efir yağı, 3,8% kitrə, 2,7% qətran, 1,15 acı qlükozid maddəsi, 3,18% kriptoksantin, askorbin və pantoten turşusu, K vitamini, inozit həmçinin sitosterol, stiqmasterol— $C_{29}H_{48}O$, 0,05% məlum olmayan alkoloid, toxumlarından isə 61,2% nişasta, 4,2–4,7% yarımbərkimiş yağ, 7,4% pentozon, B₁, B₂, B₆ vitaminləri, nikotin və pantoten turşuları, zeaksantin — $C_{40}H_{56}O_2$ kversetin, izoksersitrin və s. maddələr aşkar edilmişdir.

Qarğıdalı saçağı öd kisəsi vəzinin sekresiya fəaliyyətini artırır, ödün qatılığını azaldır, bilirubin miqdarını aşağı salır, trombositin miqdarını artırır. Qarğıdalının toxumlarının rüçeymindən alınan yağ öd kisəsini stimullaşdırır və onun tonusunu artırır. Beləliklə qarğıdalı yağı həzm sisteminin fəaliyyətinin normal gedişini nizamlayır. Qarğıdalı saçaqlarından alınan maye ekstraktlardan, dənəvərləşdirilmiş formalı preparatlardan ödqovucu, sidikqovucu, qankəsici, bundan əlavə xolesistitin, xolanqitin, hepatitin və s. müalicəsində geniş istifadə edilir. Uzun müddət saçaqlardan hazırlanan dəmləmədən qəbul etdikdə böyrəkdə, sidik və öd kisəsində olan daşları əridib orqanizmdən təmizləyir, ateroskleroza qarşı müalicəvi-profilaktik rol oynayır.

Qarğıdalı saçaqlarından müalicəvi preparatların hazırlanması.

Qarğıdalı saçaqlarından hazırlanan preparatlar soyuqdəymə, ödqovucu, sidikqovucu, qan bərpaedici, arterial qan təzyiqinin və öd ifrazatının artırılmasında, qanda bilirubin maddəsinin azaldılmasında tətbiq edilir.

Sidik kisəsində olan daşların əridilməsində. 2 çay qaşığı doğranmış saçaqdan 2 stəkan qaynar suya tökün, su hamamına qoyub 2 saat saxlayıb, süzün. Ekstraktı gündə 3 dəfə stəkanın 0,5 hissəsi qədər yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu yarım ildən az olmamaq şərti ilə aparılır.

Xroniki xolesistitin müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış saçaqlarından götürüb stəkan yarım qaynar suya tökün, qaynama dərəcəsinə gətirib 30 dəqiqə saxlayın. Dəmləmədən gündə 2–3 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Sistit və diabet xəstəliyi zamanı. 1 çay qaşığı doğranmış saçaqlarından 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun, 1 saat qaynadıb süzün. İsti halda 1 stəkan həcminə gətirin. Dəmləmədən gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Ürək mənşəli şişlərin müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış saçaqlardan 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun. 30 dəqiqə dəmləyin və 2–3 xörək qaşığı bal qarışdırıb, 1 stəkan həcminə gətirin. Ekstraktdan gündə 3 dəfə 1–2 xörək qaşığı yeməkdən qabaq qəbul edin.

Kəskin hepatitdə əlavə bir vasitə kimi. 2 çay qaşığı doğranmış saçağından götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, qaynama dərəcəsinə gətirib 1–2 saat saxlayıb, süzün. Gündə 2–3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 4–6 aydır.

Piyənləməyə qarşı. 1 xörək qaşığı doğranmış saçağından 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun və 30 dəqiqə saxlayıb, süzün. Sonra 1 stəkan həcminə gətirib, gündə 3–4 dəfə 1–2 xörək qaşığı 3–4 saatdan bir qəbul edin.

Klimakteria qanaxmaları, eləcə də abort zamanı baş verən qanaxmaların dayandırılmasında. 2 xörək qaşığı doğranmış qarğıdalı saçağından götürüb termosə töküüb üzərinə 1 stəkan qaynar su əlavə edin, 7–8 saat saxlayıb süzün. Dəmləmədən gündə 5–6 dəfə 1–2 xörək qaşığı yeməyə 2 saat qalmış qəbul edin.

Sidik qanaxmalarında. Qarğıdalı saçağı, lobyə qını, ayı qulağı otundan götürüb qarışdırın. Qarışıqdan 40 q götürüb 1 litr qaynar suya tökün. Sonra zəif od üzərinə qoyub 15 dəqiqə saxlayıb, süzün. Dəmləməni gün ərzində 6 dəfə qəbul edin. Bu zaman duzsuz xörəklər qəbul etməklə yanaşı, qrelkaya isti su töküüb böyrək və sidik kisəsi üzərinə qoyun.

Aterosklerozun müalicəsində görülən profilaktik tədbirlər zamanı. Qarğıdalı yağından 25 q götürüb gündə 3 dəfə yemək zamanı qəbul edin. Bu zaman ümumi vəziyyətiniz yaxşılaşacaq, əsəb gərginliyi aşağı düşəcək, yuxunuz bərpa olunacaq.

Soğankimilər — Alliaceae fəsiləsi **Qalib soğan — *Allium victorialis* L.**

Bu hündürlüyü 20–50 sm olub, sarımsaqiylı bitkidir. Çox da böyük olmayan kök yumrularından 2–3 lansetvari yaşıl yarpaqlar əmələ gəlir. Xırda, yaşımtil, ağ çiçəkləri, şarşəkilli çətirdə toplanmışdır. İyun–iyul aylarında çiçək açır. Bitkinin yaşıl hissəsinin tərkibi çox qiymətli kimyəvi birləşmələrlə zəngin olduğundan özünəoxşar başqa növlərdən fərqlənir.

Qalib soğanın tərkibində 1,4% kül, 100–200 mq/% C vitamini, 24% zülal, 6,5% -sulu karbohidratlar, 1%-ə qədər sellüloza, 89% su, 0,1% üzvü turşular, 4 mq/% karotin, B vitamin qrupu aşkar edilmişdir.

Azərbaycan ərazisində qalib soğana Quba rayonunda yayılan meşəlik sahələrdən tutmuş subalp çəmənliklərinə qədər rast gəlmək olar. Buna dağ çəmənliklərində də təsadüf edilir.

Xalq təbabətində qalib soğandan hazırlanan cövhərdən qızdırma, revmatizm zamanı kompres kimi istifadə edilir. Bitki çiy halda öskürək, qurd əleyhinə, aterosklerozda, qalxanabənzər vəzinin xəstəliklərində və iştahanın artırılmasında yeyilir. Bu məqsədlə bitkidən turşuya və duza qoyulmuş halda istifadə etmək olar.

Qalib soğan orqanizmin möhkəmləndirilməsində, soyuqdəymədə, mikrobəleyhinə, tərgətirici, sidikqovucu, dizenteriya, köpmədə, gastroentritin və s. müalicəsində də işlədilir.

Qadınlar qalib soğadan trixomonad parazitinin müalicəsində istifadə edirlər. Bir ədəd soğanaqdan götürüb tənziyə bükür və uşaqlıq yoluna qoyub 4–6 saat saxlayırlar. Bitkinin şirəsindən qulaq ağrılarında, irinləmədə damcı kimi istifadə olunur. Suda durulaşdırılmış şirəsindən göz soyuqdəymələrinə yuyucu kimi istifadə edilir.

Qalib soğandan qocalıqın qarşısının alınmasında istifadə edilir. Soğanından götürüb sıxıb şirəsini çıxarın və spirtlə qarışdırıb (bunu bitkini özib spirt əlavə etməklə də aparmaq olar) 10–12 gün qaranlıq yerdə otaq temperaturunda saxlayın. Bundan başqa qalib soğan yarpağı, güllücənin yaşıl hissəsi və zəncəfil kökündən götürüb cövhərini hazırlayın. Aldığınız spirtli cövhərdən gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış 50–70 damcı qəbul edin.

Bundan başqa qalib soğanın cövhər və dəmləmələrinin köməyi ilə yorğunluğu, yuxusuzluğu, yuxarı təzyiqi, bağırsaq pozuntularını da müalicə edib aradan qaldırmaq olar.

Qalib soğandan hazırlanan damcı vasitələrdən normadan artıq istifadə etmək olmaz.

Asparagus — *Asparagaceae* fəsiləsi **Qulançar (Mələçöyüd) — *Asparagus***

Dünya florasının tərkibində qulançar cinsinin 300-ə qədər növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 11, o cümlədən Azərbaycanda 9 növünə təsadüf etmək olar (Oruc İbadlı, 2002).

Qulançara yabanı halda meşə açıqlıqlarında, çəmənliklərdə, kolluqlar arasında rast gəlmək olar. Bu hündür, çoxillik yabanı tərəvəz bitkisi, öz zərif-yaşıl budaqlarının gözəllikləri ilə insanın əhvali-ruhiyyəsini qaldırmaqdan başqa, qiymətli müalicəvi təsirlərə də malikdir. Xalq arasında qulançarın cinsi aktivliyin artırılmasında oynadığı rolu yüksək qiymətləndirilir. Qədim yunanlarda belə bir atalar sözü vardır: «Hərgah sən qulançar yemə-

sən bəs gücü haradan alacaqsan». Qulançara ən çox Uzaq Şərqi ölkələrində təsadüf edilir.

Qədim dövrün həkimləri bu bitki ilə bir sıra xəstəlikləri — böyrək daşlarını, qızdırmanı və s. müalicə edirmişlər.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin kök və cavan zoğlarından istifadə edilir.

Qulançardan hazırlanan preparatlar orqanizmin müqavimətinin gücləndirilməsində, tonusun azalmasında, sakitləşdirici, qantəmizləyici, daşəridici, ağrıkəsici, soyuqdəymə, skleroz zamanı, şəkər əleyhinə, sidikqovucu, işlədici və s. tətbiq edilir.

Qulançardan dərman preparatlarının hazırlanması.

Cinsi fəaliyyətin zəifləməsində, adenomanın, prostat vəzinin müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış təzə kökündən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, 2 saat saxlayıb süzün. Gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Cinsi fəallığınızı artırmaq üçün hər gün yeməyinizdə təzə, bişirilmiş, para verilmiş qulançardan istifadə edin.

Qanazlığı zamanı. Təzə qulançar zoğundan alınmış təzə şirənin içərisinə 1:1 nisbətində şəkər tozu əlavə edib, zəif od üzərinə qoyun və 1 saat bişirin. Gündə 3 dəfə, yeməyə 20 dəqiqə qalmış bir xörək qaşığı qəbul edin.

Hipertoniya, ürək şişmələrində, ateroskleroz zamanı. 2 xörək qaşığı təzə doğranmış qulançardan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb zəif odda 15 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. Həcmi 0,5 litrə gətirib stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 3–4 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Sistit və xolesistitin müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış cavan zoğ və kök hissələrindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyub yarım saat saxlayın. Sonra od üzərindən götürüb soyudub, süzün, 1 stəkan həcminə gətirib gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Zanbaq — *Liliaceae* fəsiləsi

May inciçəyi — *Convallaria majalis*

Dünya florasının tərkibində fəsilənin 240 cinsi və 4000-ə qədər növü yayılmışdır. Fəsiləyə daxil olan növlərə dünyanın hər yerində rast gəlmək olar. Bu növlər kökümsov, soğanaqlı və kök yumrusuna malik olan çoxillik otlardır. Fəsiləyə daxil olan soğan, sarımsaq, qulançar, çiriş və s. yeyinti, asırqal (çöpləmə), novruzçəyi, əzveydan müalicə, tülpan, zanbaq və s. isə bəzək təbiətli hesab etmək olar. Fəsilənin maraqlı cinslərindən biri də — inciçəyi hesab edilir.

İnciçəyi — *Convallaria* cinsinin dünya florasının tərkibində 2–3 növü vardır. Qafqazda o cümlədən Azərbaycanda, isə 1 növü — Zaqafqazi-

ya inciçiçəyi — *Convallaria transcaucasica* yayılmışdır. Biz burada ancaq qiymətli dərman bitkisi olan və elmi təbabətdə ətraflı öyrənilərək müalicə məqsədləri üçün geniş istifadə edilən may inciçiçəyi — *Convallaria majalis* növündən bəhs edəcəyik. May inciçiçəyi — *C.majalis* hündürlüyü 25–30 sm olan nazik sürünən kökümsova və incə saçaqlı kök sisteminə malik çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi 3–6 açıq-çəhrayı rəngli pulcuqlarla əhatə olunmuşdur. Kökətrafi yarpaqları 2–3 ədəd olub, uzunluğu 20, eni isə 8 sm-dir. Bunlar uzunsov-ellips formalı, kənarları iti, uzunsaplaqlıdır. Çiçəkləri ağ rəngdə olub 7 mm uzunluğunda, 6–20 ədədə qədər ətirli iyə malik salxımvaridir. Meyvələri şarvari, qırmızı-narıncıdır. Aprel–iyun aylarında (təxminən 20 gün) çiçək açır, iyulun axırından, sentyabra qədər meyvəsi yetişməyə başlayır.

May inciçiçəyinə keçmiş SSRİ-nin Avropa hissəsində Ural, Krım və Qafqaz ərazilərində rast gəlmək olar. Yerli əhali bu incə, zərif, xırda, ətiqli bitkini — inciçiçəyi, ağzaçiq, əzizim, gülüm, gənclik, yuyulmuş ot, güləbətın, dovşan qulağı, gümüşü yarpaqlı və s. adlarla çağırırlar.

Bu incə, zərif, ətirli, gözəl, mirvariyyəoxşar par-par parıldayan şəh damcıları ilə əhatə olunan yaz çiçəyinə meşə ağaclarının altında, onların kölgəsində, meşə açıqlıqlarında ən çox rast gəlinir. İnciçiçəyi haqqında müxtəlif rəvayətlər, əfsanələr mövcuddur. Hələ uşaqlıqda nənəm mənə söyləyirdi ki, inciçiçəyi günəşin yandırıcı şüalarından qorunmaq üçün «qaçıb» meşələrdə ağac və kolların arasında gizlənmiş. Bir yunan mifologiyasında qeyd edilir ki, ovçuluq Allahı Diana azaraq ona tanış olmayan bir meşəyə gəlib çıxır. Burada isə meşə Allahı yaşayırdı. Meşə Allahı Diananın gözəlliyi qarşısında «duruş götür» bilməyərək ona vurulur. Lakin gözəl, məsum qız Diana meşə Allahından qaçıb gizlənməyə çalışır. O yolu o qədər sürətlə qaçmağa başlayır ki, bu zaman onun bədəni istidən od tutub «yanmağa» başlayır. Onun bədəni çox tərləmişdir. Bir az keçəndən sonra bu tər damcıları mirvariyyə çevrilərək ətrafa yayılmağa başlayıb çiçəyə çevrilir. Ağ çiçəkləri olan inciçiçəyi bir çox məşhur insanların sevgilisinə çevrilmişdir. Bunu ən çox sevenlər məşhur rus yazıçısı Sofiya Kovolovski, yazıçı Kuprin, şairə Lesiya, ukraynalı şair Bryusov, məşhur kimyaçı Mendeleev, məşhur bəstəkar Çaykovski, azərbaycanlılardan akademik H.Əliyev, H.Abdullayev və s. olmuşlar. Hətta Çaykovski inciçiçəyinin şərəfinə mahnı da bəstələmişdir.

İnciçiçəyi öz ətirli iyi ilə meşələr sanki ürək açan, əsəb sistemini sakitləşdirən abi-hava gətirir. Meşədən keçən hər bir kəs istər-istəməz bu gözəl bitkidən yan keçmir, ondan bir dəstə toplayıb evlərinə aparır və çiçəkdən estetik zövq alır.

İnciçiçəyi qiymətli müalicəvi təsirə malik bitki hesab edilir. Bitkinin müalicə məqsədləri üçün əsasən çiçək, ot və yarpaqlarından istifadə edilir. Bitkinin qeyd etdiyimiz hissələrindən 20-yə qədər (0,1–0,6%) ürək qlüko-

zidləri tapılmışdır. Bu qlükozidlərdən periplogenin, sarmantogenin, strofantidin, strofantidol, bipindogenin və nitrossitgenin (konvallotoksin, konvallozid qlükokonvallozid, konvallotoksal, lokundiozid, dezlyükoxeyrotoksin, dezqlükoxeyrotoksol, periquozid, kannogenol-3-ramnozid); flavonoid maddələrindən — kempferol, kversetin, izoramnetin, lyuteolin, apigenin, xrizoeriol, 3-qalaktozid, 3-qalaktoramnozidlər və 3-qalaktodiramnozidlər, izoramnetin, kempferol və kversetin, saponin-konvalların, C vitamini, farnesol və likopin və s. aşkar edilmişdir.

İnciçiçəyinin çiçəklərindən 6,38 % kül, mq/q olmaqla K-28,00, Ca-3,60, Mg-1,80, Fe-0,30 makroelementləri mq/q olmaqla: Mn-0,11, Cu-0,73, Zn-0,72, Co-0,18, Mo-2,13, Cr-0,04, Al-0,20, Ba-0,18, v-0,04, Se-12,80, Ni-1,02, Sr-0,05, Co-28,60, Pb-0,07, Ag-8,00, İ-0,09, Br-81,30, B-43,60, mikroelementləri aşkar edilmişdir. Yarpaqlarından isə 8,36% kül, mq/q olmaqla: K-34,50, Ca-18,20, Mg-3,60, Fe-0,20 makroelementləri mkg/q olmaqla: Mn-0,19, Cu-0,39, Zn-0,40, Co-0,24, Mo-3,45, Cr-0,02, Al-0,06, Ba-2,24, V-0,07, Se-3,05, Ni-0,18, Sr-0,32, Pb-0,04, B-3,80, mikroelementləri tapılmışdır.

İnciçiçəyindən alınan cövhərdən damcı formasında ürək nevrozlarında, ürək fəaliyyəti pozuntularında, bundan başqa pişikotu, damotu cövhəri ilə natrium adonozid bromidi qarışdırıb «yaşılı» cövhəri əldə edilib istifadə edilir.

Çiçək və yarpaqlarından hazırlanmış konvallotoksin preparatından II və III dərəcəli kəskin və xroniki ürək çatışmamazlıqlarında, ürək döyüntülərində istifadə edilir. Bitkinin yarpaqlarından alınmış «Korqlikon» preparatından uzun müddət qəbul etdikdə müsbət nəticələr əldə edilir. Çiçəyindən M.N.Zdenko yığımının hər tərkibinə qatılır.

Ənənəvi təbabətdə inciçiçəyi preparatlarından sidikqovucu, sakitləşdirici vasitə kimi ürək xəstəliklərində, epilepsiyada, basedov xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Elmi təbabətdə inciçiçəyindən alınan preparatlardan ürək xəstəliklərinin müalicəsində S.P.Povlovun laboratoriyasında aparılan farmakoloji təcrübələrdən sonra istifadəyə başlanmışdır. Bundan başqa preparatlardan qanın qatılşdırılmasında işlədilir. Kliniki tibbdə isə S.P.Botkin klinikasında F.S.Snozəmsevın apardığı geniş tədqiqatından sonra istifadə edilmişdir.

İnciçiçəyi preparatlarının tətbiqi ürəyin işləmə fəaliyyətini artırır, arterial qan təzyiqini aşağı sahr, ürək qüsurları tədricən aradan qalxır, yuxu normallaşmağa başlayır, xəstənin ümumi vəziyyəti yaxşılaşır.

Almaniyada ildən-ilə əhali artımının azalması alimləri çox narahat edirdi: belə ki, alman əhalisinin 25–30%-i uzun müddət evlənmələrinə baxmayaraq, uşaq üzünə həsrət qalmalarından gileyləndirdilər. Tibb mütəxəssisləri qadın yumurtalığının mayalanma, fəaliyyətini yüksəltmək üçün müxtəlif üsullar üzərində təcrübələr aparırdılar. Son vaxtlar alimlər belə bir nəticəyə gəlmişlər ki, kişinin spermatazoidi qadın yumurtalığını mayalandırmaq üçün uzun müddətli müalicə üsulları tətbiq etmək, lazım deyil. Cavan qadınların uşağa qalmaları üçün bir neçə həftə inciçiçəyinin xoş ətirli iyini iyləmək bəs edər. Belə ki, inciçiçəyinin xoş ətirli iyi spermatazoidlərin, eləcə də yumurtalığın fəallığını artırmaqla mayalanma qabiliyyətini başa çatdırır. Alimlər cavan kişi və qadın üzərində heç bir dərman preparatı tətbiq etmədən uşağa qalma ehtimalını bir neçə dəfə artmasına nail olmuşlar.

İnciçiçəyindən müalicəvi preparatların hazırlanması.

1. İnciçiçəyindən alınan cövhərdən gündə 2–3 dəfə 15–20 damcı qəbul etmək məsləhət görülür.

2. Bitkinin təzə çiçəyindən götürüb (40–70%) spirtdə 1:3 nisbətində cövhərini hazırlayıb qaranlıq yerdə 10–14 gün saxlayıb, süzün. Cövhərdən gündə 2 dəfə 10–15 damcı qəbul edin.

3. 4 q inciçiçəyindən götürüb 200 ml qaynar suya tökün, 45 dəqiqə saxlayıb süzün, soyudub hər 2 saatdan bir 2 xörək qaşığı qəbul edin.

İnciçiçəyinin yarpaq və çiçəklərindən müxtəlif növ ətriyyat, sabun və kosmetik məmulatların hazırlanmasında istifadə edilir. İnciçiçəyini asanlıqla əkib-becərmək olar.

Tikanı loğman və ya müalicə kaktusu — Aloya (Əzvay) — *Aloe*

Karri səhrası ... Bizə çox tanış olmayan səhra bu adla adlanır. Hamıya qiismət olmur ki, gedib Afrikada olan Kalaxari səhrasını görsün və orada yayılan bitki aləmi ilə tanış olsun. Dünyanın heç bir yerində tayı-bərabəri olmayan Narıncı çayı da buradan axır. Afrika ərazisində yayılan səhra gözəlliklərindən olan əzvay da buranın daimi sakinlərindən hesab edilir. Əzvayın çiçəyi üçyuvahı olub, yaşımtil-qonur rəngdə olduğu halda, meyvəsi qutucuq olub, qaramtil-qonur, kənarı sıxılmış qanadlı toxumdan ibarətdir. Əzvayın yarpaqları bizim ərazidə yayılan ağacların yarpaqlarına oxşamır. Əzvay yarpaqları qalın, ətli, alt hissəsi şişmiş, çökmüş, «əyilmiş» vəziyyətdədir. Kənarları iri mişarşəkillidir.

Çox qədim zamanlardan başlayaraq hal-hazırkı dövrə kimi əzvaydan sabur hazırlanır. Belə ki, əzvayın yarpaqlarından alınan şirəni quru toz halına sahib müalicə məqsədləri üçün istifadə edirlər. Alınan quru kütlə yaşımtil-qonur rəngdədir. Şirənin tami kəskin acıdır. Yarpaqlarının tikansız olmaları-

na baxmayaraq mal-qara tərəfindən yeyilmir. Sabur əzvay cinsinin müxtəlif növlərindən hazırlanır. Lakin ən keyfiyyətli dərman preparatları Sokkotra adasında yayılan əzvaydan alınır. Keçmiş SSRİ-də oranjereya şəraitində becərilən əzvaydan alınan saburdan halen preparatlarının hazırlanmasında istifadə edilir.

Cənubi Afrikada əzvaydan şirəni aşağıdakı üsulla alırlar: kəsilmiş yarpaqların qabığını soyub məili düzür və kəsilən hissəni aşağı — çalanın kənarına qoyurlar. Aydın günəşli havada qabığı soyulmuş yarpaqlardan şirəni süzülüb qurtarması 6 saat davam edir. Alınmış şirəni götürüb çənə boşaldır və buxarlandırır son məhsulü alırlar. Qazılmış çalada olan şirə günəşin altında da nəzarətsiz qalıb uzun müddət buxarlanıb bərk kütləyə çevrilir.

ABŞ-da kəsilib götürülmüş əzvay yarpaqlarını ağacdan düzəldilmiş novçadan xüsusi qaba süzür, oradan da çənə boşaldıb buxarlandırırlar.

Acarıstanda saburu aşağıdakı qaydada əldə edirdilər. Belə ki, oktyabrın axırlarında əzvayın gövdəsinin aşağı hissəsində yerləşən yarpaqlarını kəsib götürür, kəsilmiş yarpaqları şaquli istiqamətdə setkalı qaba doğru düzürlər; 1,5–2 saatdan sonra yarpaqda olan şirə tam süzülüb qaba tökülür. Götürülən yarpaqlar təkrar doğranılır və yenidən şirəsini setkadan süzüb hər iki qarışığı bir-birilə qarışdırıb buxarlandırırlar.

Əldə olunan saburdan müxtəlif dərman preparatları hazırlayıb elmi təbabətdə və baytarlıq sahəsində istifadə edirlər. Keçmiş SSRİ-də istixanalarda becərilən əzvaydan sabur alınmırdı. Burada toplanılan əzvay xammalı xarici ölkələrə satılırdı. Saburun sənaye istehsalı Cənubi Afrika, Hollandiya, Vest-Hind, Cənubi Amerikanın şimal ərəzilərində təşkil edilmişdir. Çünki bu ərəzilərdə böyük ehtiyata malik əzvay sahələri mövcuddur. Sabur isti suda, ən yaxşı isə spirtdə həll olur. Efirdə, xloroformda, benzində və petroləyin efirində həll olmur. Əzvayın müalicəvi təsiri haqqında ilk məlumata ərəb coğrafiyaçısı Masudun əsərlərində rast gəlmək olar.

Aristotel məlumat verir ki, yerli əhali Sokkotra adasında əkib-becərdikləri əzvaydan bir sıra xəstəliklərin müalicəsində istifadə etmişlər.

Elmi təbabətdə əzvaydan ödqovucu və işlədici kimi istifadə edilir.

Əzvayın müalicəvi təsiredici xüsusiyyətləri hələ çox qədim dövrlərdən misirlilərə, ərəblərə, yunanlara həmçinin Çin və tibetlilərə məlum olmuşdur.

Əzvaydan hazırlanan saburdan həm daxili, həm də xarici xəstəliklərdə istifadə etmək üçün müxtəlif müalicəvi balzam, maz, ekstraktlar, fəaliyyətdən düşmüş hüceyrə və toxumların canlandırılması üçün eliksirlər, eləcə də ölmüş hörmətli insanların balzamlaşdırılmasında istifadə edilirdi.

Əzvaydan ərəb təbabətində geniş istifadə edilmişdir. Çində əzvaydan qudqovucu kimi və zöhrəvi xəstəliklərin müalicəsində işlədilir.

X əsrdə əzveydan müalicəvi məqsədlər üçün istifadə edilməsi haqqında ingilis-sakson, XII əsrdə isə alman dərmanşünaslığında istifadə edilməsi haqqında geniş məlumatlar verilir. Məşhur ərəb həkimi Razes (860–930) tibb elminin müxtəlif sahələrinə dair 226-dan atıq kitab yazıb dərc etdirmişdir. Həmin tibb kitabları 500 ildən artıq həkimlərin stolüstü kitabları olmuşdur. Razes tibbə aid yazdığı kitablarında əzveyın müalicəvi xüsusiyyətlərindən də maraqlı məlumatlar verir. O qeyd edir ki, Hindistanda əzveydan hazırlanan ekstraktlar çiçək, göz xəstəliklərində islatma dərman kimi işlədilir. Dəridə olan çətin sağalan irinli yaraların müalicəsində əzveydan hazırlanan ətirli pudradan geniş istifadə edilirdi. Kəsiklər zamanı baş verən qanaxmaların qarşısını almaq üçün Razes əzvey, ətirli qatrandan və yumurta sarısı qarışıqlarından hazırlanan məlhəmlərdən istifadə olunması haqqında məlumat verir.

Məşhur tibb alimi Əbu Əli İbn Sina (980–1037) özünün yazdığı «Tibbin qanunları» əsərində qədim zamanlardan başlamış orta əsrlərə qədər əzveyın, qızıl gül yağı ilə qarışdırılıb miqrən, göz və mədə xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunması haqqında geniş, maraqlı məlumatlar verir. Məşhur həkimlərdən, Burxana, 1792; Dobronravova, 1843-cü ildə saburdan uzun sürən kəskin qəbizlikdə işlədici, tac damarlarına qanın normal paylanması, qan dövranının nizama salınmasında, parazit qurdların tökülməsində, ödqovucu, mədə-bağırsaq xəstəliklərində, yod ifrazatının gücləndirilməsində, əsəb xəstəliklərində, xüsusən də tpoxondirya və maniyamin müalicəsində, mədə-bağırsaq sisteminin möhkəmləndirilməsində, göz billurunun buynuz qişasının müalicəsində və s. geniş istifadə olunması haqqında məlumat verirlər. Bir qədər sonralar Kravkov, Qefter, Skorçov, Verşinin və başqaları 1924–1940-cı illərdə yazdıqları elmi əsərlərində əzveydan işlədici, ödqovucu, vərəm, xloroz (qanazlığı), irinli yaraların və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə olunmasını göstərirdilər.

Dünya florasının tərkibində əzvey cinsinin 275-dən artıq növü yayılmışdır. Bu növlərə ən çox Cənubi Afrikada, Madaqaskar, Sokkotra və Antil adalarında, Kap vilayətində, Həbəşistanda, Somalidə və s. ölkələrin aşağı dağ qurşaqlarından başlayıb, dəniz səviyyəsindən 2500 metrə qədər yüksəklikdə rast gəlinir. Bunlar sukklent formasında həyat tərzini keçirirlər. Bir çox növləri isə kserofit bitkisi kimi quru, çınqıllı, daşlı yamaclarda, qayalıqlarda, bir sözlə quraqlıq zonaların daimi sakinlərinə çevrilmişlər.

Əzvey cinsi — həqiqi əzvey — *Aloe vera* (*var. A. vulgaris*) çoxlu növmüxtəlifliyi əmələ gətirmişdir. Bu növmüxtəlifliklərinin əksəriyyəti hal hazırda növ kimi qəbul edilmişdir. Həqiqi əzveyın növləri yabani halda Qırmızı dənizdən başlayıb, Cənubi Afrikaya qədər geniş bir ərazidə yayılmışlar. Əzveyın bir sıra, o cümlədən *A. littoralis* növü Asiyanın təbiətinə uyğunlaşdırılıb onun isti ərazilərində — Ərəbistan yarımadasında, Suriya,

Hindistan, Şri-Lankada, *A.chinensis* növü isə Antil adalarında, o cümlədən də Yamaykada, Kyürasda, Barbadosda, Venesuelada isə *A.barbadeisis* növü geniş surətdə əkilib-becərilir. Əzvayın — *Aloe ferax* növü və onun bir çox hibridləri isə Afrikanın Cənub-Şərq və Cənub-Qərb zonalarında, *A.soccotiana* növü Şərqi Amerikanın «xoş məramlı burnunda», *A.peirryi* növü isə Sokkotra və Şomali ərazilərində, *A.arborescens* növü və onun növmüxtəliflikləri Cənubi Afrika ərazilərindən tutmuş Orta Aralıq dənizi ölkələri ərazilərinə qədər yayılmışdır. Aralıq dənizi ölkələrində bu növü mədəni halda geniş surətdə əkib-becərirər. Avropa, Şimali Amerika və keçmiş SSRİ ölkələrində isə isti oranjereya şəraitində əkilib-becərilir.

Əzvay cinsinin növləri bir-birindən morfoloji quruluşlarına, hündürlüklərinə, yarpaq, çiçək və meyvələrinin rənginə, formalarına görə fərqlənən sukkulent həyat formasına malik olub, isti quru iqlim zonalarında yaşamağa uyğunlaşmışlar.

Ağacvari əzvay — *A.arborescens* çoxillik tropik və subtropik bitki olub, gövdəsi odunlaşan sukkulent bitkidir. Hündürlüyü 50–200 sm-dir. Hər il qış dövrü çiçəkləyir. Yarpaqları qalın, şirəli, 55–60 sm-ə qədər olan və kənarları iti dişlərlə əhatə olunmuş tünd yaşıl rəngdədir. Yarpaqlar ən çox yoğunlaşmış gövdənin yuxarı hissəsində kom halında yerləşmişlər. Əzvayın yarpaqları xaricdən floema qatı ilə əhatə olunub, içərisini isə sarı şirə ilə dolu «məhəng hüceyrələr» təşkil edir.

Gövdənin uzunluğu növdən asılı olaraq dəyişilir. Məsələn, *A.vera* növünün gövdəsinin uzunluğu 60 sm-dən çox olmadığı halda, *A.soccotiana* növünün gövdəsinin uzunluğu 3 metrden artıq, *A.arborescens*-in isə daha uzun — 4 metrə qədər olur. Hamaşçiçəkləri sarı rəngli, uzunluğu 0,5–1 metrə qədər olub salxım formasında gövdənin qurtaracağında yerləşmişdir. Əzvayın növmüxtəlifliklərinin çiçəklərinin rəngləri qırmızı, bənövşəyi-sarı, qırmızı, sarı, bir sözlə müxtəlif rəng və çalara malikdir.

Avropaya əzvay bitkisi ilk dəfə 1700-cü ildə ərəblər tərəfindən gətirilmişdir.

Əzvayın yarpaqlarının kimyəvi tərkibi indiki dövrə qədər yaxşı öyrənilməmişdir. Buna baxmayaraq, onun tərkibindən aloin (barbalon) — $C_{21}H_{22}O_9$, alozin, emodin, izobarbolin — $C_{21}H_{22}O_9$, rabirberon (izlramnetin) — $C_{15}H_{10}O_5$ və s.maddələr aşkar edilmişdir.

Bundan əlavə yarpağının tərkibindən 17,68% kül maddəsi mq/q olmaqla K-28,50, Ca-79,10, Mg-17,40, Fe-0,32 makroelementləri, mkq/q olmaqla Mn-0,38, Cu-1,10, Zn-2,75, Co-0,04, Cr-0,08, Al-0,09, Ba-14,90, Se-11,20, Ni-0,45, Sr-17,64, Pb-0,22, I-0,10, Li-162,00, B-94,00 və s. mikroelementləri müəyyən edilmişdir.

Əzvayın «qurudulmuş» şirəsindən «sabor»dan müalicə məqsədləri üçün 3300 il bundan qabaq istifadə edilmişdir. Əzvaydan müalicə preparat-

larının hazırlanmasında ilk dəfə hindular, misirlilər, yunanlar və romahlar istifadə etmişlər. Qədim əfsanələrin birində qeyd edilir ki, Makedoniyalı İsgəndər döyüşlərinin birində Sokkotra adasında yaşayan yerli əhalini oradan qovub çıxartmış, oraya yunan əhalisini yerləşdirib ki, o dövrlərdə çox yüksək qiymətə satılan əzvey bitkisinə sahib olsunlar.

İbn Sina əzveyin müalicəvi xüsusiyyətlərini çox yüksək qiymətləndirmiş və bir sıra çətin sağalan xəstəlikləri bitkidən aldığı preparatlarla müalicə etmişdir. Əzveydan hazırlanan preparatlar insan ömrünün uzadılmasında, çətin sağalan yaraların müalicəsində, uzun sürən xəstəliklər zamanı öz funksiyasının yerinə yetirmə qabiliyyəti pozulmuş bağırsaq sisteminin fəaliyyətinin normallaşdırılmasında, şirəsindən isə mədə və onikibarmaq bağırsaq yaralarının sağaldılmasında, tərkibində olan qətran maddəsinin köməyi ilə qanın keyfiyyətini yaxşılaşdırmaqla yanaşı, böyrək xəstəliklərində, qatılmış bəlgəmin yumşaldılıb bronxlardan kənar edilməsində, öd ifrazatının gücləndirilməsində, parazit qurdların tökülməsində və s. işlədilir.

İbn Sina Sokkotra adasında olan əzvey bitkisinin müalicəvi təsirinin Ərəbistan və Şamxanda yayılan əzveydan üstün hesab edirdi. İbn Sina əzveyin geniş müalicəvi xüsusiyyətlərə malik olması haqqında öz əsərlərində məlumatlar verirdi. Belə ki, əzveydan hazırlanmış sıyıq bal ilə qarışdırıb zərbə nəticəsində əmələ gələn əzilmiş və göyərmiş nahiyələrə yaxıb müalicə edirdi. Çaxırla qarışdırıb başın dərisinə sürtüb tükün tökülməsinin qarşısının alınmasında, artıq ödənin kənar edilməsində, baş ağrılarında, ruh düşkünlüyünün aradan qaldırılmasında, sarılıqda, böyrək şişlərində, düz bağırsaqda çatlamalar nəticəsində sızan qanların dayandırılmasında və s. istifadə edirdi.

Təbib xərçəng xəstəliyinə tutulmuş insanları dəhşətli ölümün pəncəsindən əzveydan aldığı şirə ilə qurtarmışdır. Alim əzveydan aldığı «sarı su» şirəsi, qətran və poroşok vasitəsilə xərçəngi müalicə edirmiş.

Hal-hazırda xərçəng şişlərini əzvey preparatları ilə müalicəsindən imtina edirlər. Həkimlər bunun səbəbini onunla izah edirlər ki, guya əzvey şirəsi xərçəng hüceyrələrinə biostimulyator təsir edərək orqanizmdə şiş hüceyrələrinin inkişafını sürətləndirir. Görəsən onlar haqlıdır mı? Bu sual elmi izahını gözləyir. Ancaq, müxtəlif ölkələrdə əzvey şirəsinin bal, araq və propolis (bərənum) və porsuq yağı ilə qarışıqından istifadə etməklə, xərçəngin müalicəsi barədə məlumatlar verilir. Əzvey şirəsinin əsas tərkibi 20% qətran və 15% aloezindən ibarətdir.

Akademik V.P.Filatov əzveydan aldığı preparatlardan toxuma terapiyasında müvəffəqiyyətlə istifadə etmişdir. Keçmiş SSRİ-də V.P.Filatov tərəfindən işlənib hazırlanmış əzvey ekstraktı apteklərdən həvəslə alınır. Bu ekstraktan göz xəstəliyində, müxtəlif mənşəli trofik yaraların müalicəsində geniş istifadə edilirdi.

Akademik V.P.Filatov qədim reseptləri toplayıb, bunların əsasında əz-vay bitkisindən yeni-yeni müalicəvi preparatlar üzərində işləyirdi. Bu dövrlərdə insanlar akademikə dinclik vermirdilər. Belə ki, həmişə ondan əz-vay preparatları istəyirdilər.

Çox qədimlərdə əz-vayın əzilmiş yarpaqlarından hazırlanan sıyığı parçanın üzərinə yaxıb uşaqlarda baş verən sancıların, mədə-bağırsaq ağrıların, parazit qurdların təsirindən baş verən pozuntuların aradan qaldırılmasında göbək nahiyəsinə qoymaqla müalicə edərmişlər.

Qədim misirlilər əz-vayın şirəsini ətirli maddələrlə qarışdırıb ölmüş — fironların cəsədlərini mumiyalayıb, onların çürüməsinin qarşısını alırdılar. Hazırkı dövrə qədər mumiyalanma prosesində istifadə olunan, şirələrin tərkibi sirr olaraq qalmaqdadır.

İbn Sina Şərqdə «ölüm vadisi» adı ilə məşhur olan sahədə, yerin üst səthinə çıxmış uran birləşmələrinin ətrafa buraxdığı radioaktiv şüaların təsiri nəticəsində əmələ gələn şüa xəstəliklərini əz-vaydan hazırladığı preparatlarla müalicə edirmiş.

Lakin bu dövrlərdə bitkiyə ögey münasibət bəsləyən insanlara da təsadüf edilirdi. Bu insanlar əz-vaydan hazırlanan preparatların müalicəvi təsirinə inanmır, onu məhv etmək üçün üzərinə sulfat turşusu tökür, aylarla suvarmır, dəmir çubuqlarla «əzişdirir», xoşagəlməz sözlərlə «təhqir» edirdilər. Həftələrlə bitkini qaranlıq yerlərdə saxlayırdılar. Uzun müddət qaranlıq yerdə saxlanılan bitki özündən güclü enerjiyə malik maddə sintez etməyə başlayır. Çox keçmir ki, Ümumittifaq Elmi-tədqiqat dərman və ətirli bitkilər institutunun əməkdaşları SSRİ dövründə əz-vaydan yeni «əz-vay emulsiyası» preparatı hazırlayırlar. Əz-vaydan hazırlanmış bu preparatın köməyi ilə rentgen şüasının təsirindən zədələnmiş dərinin, kəskin ağrıların, çətin sağalan yaraların müalicəsində geniş istifadə olunmağa başlanmışdır.

Hazırda əz-vaydan hazırlanan preparatlardan tibbi praktikada geniş istifadə edilir. Şirələrindən, dəmirlə zənginləşdirilmiş siroplarından, kompleks hazırlanmış preparatlarından mədə-bağırsaq, ağ ciyər soyuqdəymələrində, dəri xəstəliklərində istifadə edirlər.

Elmi təbabətdə əz-vayın yarpaqlarını press altında saxlamaqla, şirəsini çıxarıb qurudur, sonra qurudulmuş şirəni poroşok halına salıb xroniki mədə-bağırsaq xəstəliklərində, atoniv qəbizlikdə, yüngül işlətmə dərmanı kimi istifadə edilir.

Əz-vayın qurudulmuş şirəsindən və onun preparatlarından 0,5–2,0 % dozada işlətmə dərmanı kimi, kiçik dozada 0,05–0,2 % isə mədənin həzm prosesini yaxşılaşdıran, iştaha artıran vasitə kimi istifadə edilir.

Akademik V.P.Filatovun üsulu ilə iki həftə ərzində qaranlıq yerdə, 4–8°C temperaturda saxlanmış əz-vay yarpaqları xüsusi biogen stimulyatorları hasil edir ki, bunlar da solan həyat proseslərinin canlandırılmasında və

toxuma terapiyasında tətbiq edilir. Bu maddələr orqanizmin özünün müdafiə qabiliyyətini artırır, maddələr mübadiləsini yaxşılaşdırır, canlı orqanizmin bütün həyatı proseslərinin fəaliyyətinə müsbət təsir göstərərək, xəstənin tez sağalmasına zəmin yaradır. Əzvayın ampulalarda buraxılan standartlaşdırılmış və strelizə edilmiş sulu ekstraktından göz xəstəliklərində (konyuktivitlərdə, piqment rinitdə, göz sinirinin atrofiyasında (qlaukomada), traxomada, billurun bulanmasında, blefarit, buynuz təbəqəsinin iltihabında, iritin müalicəsində və s. geniş istifadə edilir.

Əzvayın təzə və qurudulmuş yarpaqlarından alınan şirədən məlhəm formasında rentgen və şüa terapiyasında törənən yanıqlara və dermatitlərə qarşı istifadə edilir. Emulsiyası II və III dərəcəli yanıqların müalicəsində işlədilir. Əzvayın təzə şirəsindən gec sağalan yaraların və trofik xoraların müalicəsində yarasəğaldıcı dərman kimi istifadə edilir. Bundan əlavə təzə şirədən qastritlərdə və kolitlərdə də istifadə olunur. Əzvayın dəmirlə zəngin şərbəti qanazlığında işlədilir. Preparatlarından isə iştahaçıcı, həzm sisteminin nizama salınmasında, ödqovucu, işlədici, güclü tonusartırıcı, soyuqdəymə, yarasəğaldıcı, bakterisid və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir. Bundan başqa əzvayın təzə yarpaq və şirəsindən müxtəlif dəri xəstəliklərinin, çətin sağalan yaraların, kəsiklərin, aybaşının nizamlanmasında geniş tətbiq olunur. Yarpaqlarından alınmış təzə şirəsini qaranlıq yerdə saxladıqdan sonra ağ ciyər vərəminin müalicəsində işlədilir.

Dünyanın bir sıra xəstəxanalarında əzvay şirəsindən yaş sarğı kimi dəri vərəmində, çətin sağalan ekzemaların, qurdeşən və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir. Əzvay şirəsinin spirtdə konservləşdirilmiş preparatı mədədə olan yüksək turşuluğun azaldılmasında, xroniki kolitdə geniş tətbiq edilir.

Polşada əzvaydan hazırlanan «Aloes sicc ekstraktan», «Aloes miktura», «Ayaks draji» və s. preparatlardan elmi təbabətdə geniş istifadə edilir. Burada əzvaya «müalicə kaktusu» deyirlər. Təəsüflər olsun ki, min bir dərddin dərmanı olan əzvay bitkisindən respublikamızın tibb aləmi istifadə etməyi unutmuşdur. Halbuki, müxtəlif xalqların xalq təbabətində əzvaydan müxtəlif preparatlar hazırlayıb bir çox xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə olunur. Bunların bir neçəsi ilə oxucuları tanış etmək istərdik.

Əzvaydan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Orqanizmin zəifləməsində, mədə-bağırsaq pozuntularında, toxumaların, maddələr mübadiləsinin fəaliyyətini artırmaq üçün. 500 q əzvay yarpağını ət maşınından keçirib, üzərinə 500 q bal əlavə edin, su hamamında 50–60°C temperaturda qızdırdıqdan sonra 0,5 litr təbii qırmızı çaxır əlavə edin. Alınmış qarışığı tünd şüşə qaba doldurub ağzını möhkəm bağlayın və 5 gün soyuq yerdə saxlayın. Məlhəmdən aşağıdakı qaydada istifadə edin. Birinci həftə gündə 3 dəfə yeməyə bir saat qalmış 1 çay qaşığı, ikinci həftə

isə gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir. Məlhəmin müalicəvi təsiri 1–2 aydan sonra özünü göstərəcəkdir.

Bu preparatları həmçinin vərəmin, daxili yaraların, qəbizliyin də müalicəsində işlətmək olar.

Mədə yaralarında, mədənin selikli qişa səthində əmələ gələn yaraların, kolit, enterokolit, kəskin qəbizlik zamanı. Əzveyin 3–5 illik yarpağından alınmış şirədən gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış 1 xörək qaşığı qəbul edin. 20 dəqiqə sonra isə 1 çay qaşığı kartof nişastasından götürüb, 50 ml qaynanmış suyun üzərinə ehtiyatla töküüb, çöküntü yox olana qədər qarışdırıb birbaşa qəbul edin. Sonra bir çay qaşığı bal udmağı yaddan çıxartmayın. Müalicənin sürətlə başa çatdırılması məqsədilə içilən nişasta ilə yanaşı, 50 ml kartof şirəsi qəbul etməyi məsləhət görürlər.

Mədə turşuluğunun normaya salınması zamanı. Təzə hazırlanmış əzvey şirəsindən 1 xörək qaşığı götürüb gündə 3 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış qəbul edin, 20 dəqiqə keçdikdən sonra, 30 ml bağayarpağı şirəsi qəbul edin.

Bundan başqa 2 xörək qaşığı qurudulmuş bağayarpağından götürüb, 0,5 litr qaynar suya töküüb dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

İmmunitetin zəifləməsində, soyuqdəymə və zökəm zamanı. Təzə hazırlanmış şirədən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Qanazlığı zamanı. Bunun üçün dəmirlə zənginləşdirilmiş əzvey şirəsindən gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı 50 ml otaq temperaturunda olan qaynanmış su ilə qarışdırıb qəbul edin.

Qəbizliyi müalicə etmək üçün. 1 ədəd əzvey yarpağından alınmış şirə, 1 çay qaşığı daziotu, 1 xörək qaşığı qara gəndəlaş çiçəyi, 1 çay qaşığı adi razyana götürün. Onları qarışdırıb 2 stəkan qaynar suya töküüb dəmləyin. Sonra süzüb gündə 1 stəkan qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 gündür.

Göz xəstəliyinin müalicəsində. Təzə əzvey yarpağından götürüb təmiz yuyun. Sonra əzib şirəsini çıxardın və bir stəkan qaynar suya töküüb 5–10 dəqiqə qaynadın. Alınmış «əzvey suyu»nu apteklərdə satılan xüsusi piyaləyə töküüb gözünüzü yuyun. Yuma zamanı gözünüzdə olan ağrıya fikir verməyin. «Əzvey suyu» uzun müddət sağalmayan irinli yaraların müalicəsinə effektiv təsir göstərir.

1. Ağ ciyər vərəminin müalicəsində yardımçı vasitə kimi. 500 q qurudulmuş və doğranmış əzvey yarpağı, 200 q qunduz, donuz və yaxud qaz piyi, təzə inək yağı, 100 q bal, 10 q kakao götürüb, bunları yaxşı-yaxşı qarışdırın. Alınmış qarışığı soyuducuda saxlayın. Sonra alınmış məlhəmdən bir xörək qaşığı 1 stəkan 50°C temperaturda qaynadılmış südlə qarışdırıb səhər tezdən və axşamlar yatmağa 3 saat qalmış yeməkdən sonra qəbul edin.

Rus xalq təbabətində vərəm xəstəliyini müalicə etmək üçün. 20 q cökə balı, 1 stəkan xırda doğranmış əzvey, 100 ml zeytun yağı, 30 q gökə çiçəyi, 2 stəkan qaynadılmış su götürürlər. Əvvəlcə balı qazana töküb əridir, üzərinə əzvey əlavə edib bişirirlər. Sonra 2 stəkan suya tozağacı tumurcuğunu və gökə çiçəyini töküüb 2 dəqiqə qaynadırlar. Tozağacı tumurcuğunu və cökə çiçəyini süzüb çıxarıb və balın üzərinə töküüb qarışdırırlar. Qarışığın üzərinə zeytun yağı da əlavə edilir. Alınan məlhəmi qaranlıqda saxlayıb və gündə 3 dəfə bir körək qaşığı qəbul edirlər.

Barmaq və dırnaqlarda əmələ gələn dolama və buynuzlaşma prosesini aradan qaldırmaq üçün. 1 körək qaşığı əzvey şirəsi, 50 q tozağacı qətranı və yaxud sidr ağacı yağı götürün. Sonra onları yaxşı qarışdırın. Alınmış emulsiyanı 50°C temperaturda qızdırıb, 100 q həll olunmuş mumun üzərinə əlavə edib qarışdırın və süzüb şüşə qablara doldurub, soyuducuda saxlayın. Alınmış mazdan gündə 3–4 dəfə şişmiş barmaq və dırnaqların üzərinə sürün.

Burun nahiyəsində baş verən yaraların müalicəsində. Əzvey şirəsindən gündə 3 dəfə, hər dəfə də 5–8 damcı burun nahiyəsinə damızdırın.

Əzveydan bir neçə müalicəvi əhəmiyyətə malik balzamlar da hazırlanır.

Diqqət! Əzveydan bətnində 6–7 aylıq uşaq gəzdirən hamilə qadınlara, kəskin qanaxmalara və bağırsağın çıxıntı xəstəliyi (babasil) zamanı qəbul etməyi məsləhət görmürlər. Çünki o, uşağın vaxtından qabaq doğulmasına, daxili qanaxmaların sürətlənməsinə və kəskin qan itkisinə səbəb ola bilər.

Əzveyın yarpağının tərkibindən antraqlikozid xüsusiyyətli alonin, aloemodin, arabinoz, izobarbolin rabarberon (izoramnetin) və s. boyaq maddələri aşkar edilmişdir.

Biz laboratoriya şəraitində ilk dəfə olaraq əzvey bitkisinin yarpaqlarından boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipdə yaşı, yaşılmıtl-qəhvəyi, açıq qəhvəyi, tünd qəhvəyi, tütünü, zeytunu, qonuruntul, mixəyi, mixəyi-qonur, narıncı və s. rəng və çalarlar almağa nail olduq.

Əzveydan hazırlanan məmulatlar dünya bazarında satılan zaman həmin məhsulların adları bitkinin bitdiyi ərazilərin adları ilə adlandırılır. Məsələn, Cənubi Afrikada bitən kap-aloy, Cənubi-Şərqi Afrikada uçanda aloə, Şərqi Afrika və Ərəbistan yarımadasında bitəni Sökkotra-aloe, Antil adalarında və Venesuelada bitəni isə kyurasao-aloe və s. adlandırılır.

Avitaminoz, asteniya, qrip, orbi və göz zəifliyi zamanı. Təzə əzvey yarpağından alınmış 150 q əzvey şirəsi, 250 q may balı, 350 q qırmızı şərab (yaxşı olar kaqor) götürün. Əzvey şirəsini 3–5 illik bitkidən hazırlamaq lazımdır. 3 gün suvarılmayan əzvey yarpaqları təmiz yuyulur, doğranılır və onlardan şirə alınır. Sonra götürülən xammalları bir-birilə qarışdırıb, 4–5 gün sərin zirzəmidə və yaxud soyuducuda 4–8°C temperaturda, qaranlıq yerdə

saxlayın. Aldığınız məlhəmdən gündə 3 dəfə yeməyə yarı saat qalmış qəbul edin.

Qadın sonsuzluğunda. Bunun üçün bitkinin orta dərəcədə inkişaf etmiş yarpaqlarından kəsib götürün. Sonra onları xırda doğrayıb 250–300 ml suya töküüb 5 dəqiqə bişirin. Ekstraktı soyudub süzün. Alınmış dəmləmədən az miqdarda 1–2 gün ərzində qəbul edin.

Başqa bir üsulla isə əzvay şirəsini buxarlandırılıb tozunu alın. Sonra aldığınız tozdan bir çay qaşığı götürüb 1 stəkan şerabın üzərinə töküüb bütün gecəni dəmə qoyun. Aldığınız çaxır qarışıqlı əzvaydan stəkanın 1/6 hissəsi qədər götürüb yeməyə yarı saat qalmış qəbul edin.

Bronxitin müalicəsində. 25–30 q daziotunu doğrayıb, narın toz halına salın və 250–300 ml əzvay şirəsinə qarışdırın. Alınmış qarışığı kiçik həcmli butilkaya doldurub, içərisi isti su ilə dolu qazanda dəm almağa qoyun. 2–3 saat keçdikdən sonra qabdakı suyu təzələyin. Əməliyyatı 3 dəfə təkrar edin. Qarışığı qfın içərisinə filtr qoyub başqa bir şüşə qaba süzün. Aldığınız məlhəmdən yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış gündə 3 dəfə daxilə qəbul edin. Yaşlı adamlar üçün 0,5 xörək qaşığı, 7 yaşdan aşağı uşaqlara isə 1 çay qaşığı qəbul etmək məsləhətdir. Müalicə kursu 2 həftədir.

Ağ ciyər bronxlarının müalicəsi. Dərman preparatını payızda hazırlamaq lazımdır. Kətan parçadan tikilmiş tünd rəngli kiçik həcmli kisəyə əzvaydan kəsilib götürülmüş yarpaqları qoyun və soyuducunun aşağı hissəsində 2 həftə saxlayın. Sonra şirəsini çıxardın. Bunda başqa birillik bitrəğin də kökünü çıxarıb sakit axan suda yaxşı yuyub şirəsini çıxardın. Əldə etdiyiniz şirələrdən (1:1 nisbətində) yəni 200 ml əzvay və 200 ml pıtraq şirəsindən götürüb bir-biri ilə yaxşı qarışdırdıqdan sonra üzərinə 500 q bal və 500 ml araq əlavə edin. Alınmış qarışığı 3 həftə saxlayıb, ehtiyatla başqa bir qaba süzün və üzərinə 200 q şokolad əlavə edib gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Ağ ciyər soyuqdaymələrinin müalicəsi. 150–200 q doğranmış əzvay yarpağı, bir o qədər bal, keçi yaxud qoyun piyi götürün, qaba töküüb qapağını örtün və peçə qoyun. Nə vaxt ki, qarşılıq bir-birilə tam qarışdı onu 1 qat tən-zifdən başqa bir qaba süzün və gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin. Həmin qarışıqdan axşamlar yatmadan qabaq diş əti nahiyəsinə sürüb özünüzü müalicə edə bilərsiniz.

Əzvayın yarpağını kəsib götürün, tünd parçaya büküb soyuducunun aşağı hissəsinə qoyub 10 gün saxlayın. 11-ci gün soyuducudan çıxarıb xırda hissələrə doğrayın, sıxıb şirəsini alın. Sonra aldığınız şirənin içərisinə 1200–1300 q əridilmiş bal (yaxşı olar ki, cökə balı olsun) əlavə edib yaxşı-yaxşı qarışdırın. Qarışığı su hamamında 30 dəqiqə, 60°C temperaturda qızdırın. Başqa bir qaba stəkanın 2/3 hissəsi qədər tozağacı tumurcuğu və cökə çiçəyini töküüb 0,5 litr qaynar su əlavə edib, zəif od üzərinə qoyub 2 dəqiqə

qaynadın. Alınmış cövhəri soyudub tənzifdən süzün və üzərinə bal ilə əzvay qarışığını əlavə edib qarışdırın. Sonra üzərinə 1 stəkan zeytun yağı əlavə edib soyuq yerdə saxlayın. Alınmış məlhəmi yaxşı-yaxşı qarışdırıb gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Qaymoritin müalicəsi. 1 çay qaşığı daziotu tozu, 1 xörək qaşığı bal, 1 xörək qaşığı günəbaxan yağı, 200 ml əzvay şirəsi götürüb bir-biri ilə yaxşı qarışdırın. Alınmış məlhəmdən gündə 3 dəfə 4–6 damcı burnunuza damızdırın.

Əzvayın yarpağından şirəni çıxarıb bərabər miqdarda çaytikanı yağı ilə qarışdırın. Alınmış qarışıqdan hər gün 3 dəfə hər iki burun dəliyinə 4–6 damcı damızdırın.

Orta böyüklükdə 1 ədəd sarımsağı qabığından təmizləyib xırda hissələrə salıb üzərinə 1 stəkan qaynar su töküb bir neçə saat hərdən bir qarışdırmaqla dəmləyin. Cövhərin hazır olmasını dilinizin ucu ilə yoxlayın. Bir az sarımsaq dəmləməsindən götürüb 30–60 saniyə ağzınızda saxlayın. Bu zaman ağız nahiyəniz qıcıqlanma və yandırıcı təsirə məruz qalacaqdır. Bu zaman aldığınız sarımsaq cövhərindən 1–2 xörək qaşığı götürüb, eyni miqdarda əzvay şirəsi və bal ilə qarışdırın. Aldığınız məlhəmdən hər 3–4 saatdan bir 8–10 damcı götürüb hər iki burun dəliyinə damızdırın. Eyni vaxtda istifadə olunmayan sarımsaq cövhərindən 1 xörək qaşığı daxilə qəbul edin.

2–3 xörək qaşığı balı qarışdırıb, üzərinə eyni miqdarda əzvay şirəsi əlavə edib qarışdırın. Elə ki, birincisi məlhəm alındı, onda prosesi dayandırın. Sonra aldığınız kütlədən isti halda kətan parça üzərinə yaxıb ağız nahiyənizə qoyub bağlayın. Müalicə kursunu hər gün ağrı kəsənə qədər davam etdirin.

Qastrit, mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarının müalicəsində.

1. Bunun üçün gün ərzində yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış uzunluğu 3–5 sm olan əzvay yarpağı yeməyi məsləhət görürlər. Müalicəni istirahət vermədən 3 ay müddətində aparmaq məsləhət görülür. Hərgah yara sağalmazsa müalicə kursunu 2–3 həftə saxlayıb, sonra davam etdirin.

2. Əzvay yarpağını ana bitkidən o qədər kəsinib götürün ki, ondan 300–350 ml şirə ala bilərsiniz. Aldığınız əzvay şirəsini süzün. Hazır şirənin üzərinə 1 stəkan bal və zeytun yağı əlavə edin. Alınan kütləni yaxşı qarışdırıb şüşə butulkalara doldurub içərisində saman və yaxud ağac tozu olan su ilə dolu qazana qoyun. İçərisində butılka olan qazanı orta dərəcədə olan odun üzərinə qoyub 3 saat qaynadın. Qazanda olan su buxarlanıb azaldıqca üzərinə su əlavə edin. Butlkanın içərisində olan maye kütləsini çalxalayaraq qarışdıraraq gündə 3 dəfə acqarına bir xörək qaşığı qəbul edin. Aldığınız məlhəmi soyuq yerdə saxlayın ki, o qıçqırıb xarab olmasın.

Babastlin müalicəsində.

1. Bunun üçün suda yuyulub təmizlənmiş kartofdan şam düzəldib əzvay şirəsinə bərtirir və düz bağırsağa yeridin. Defekasiya əməliyyatından sonra imalə vasitəsi ilə həmin nahiyəni yuyub təmizləyin.

2. 3–5 sm əzvay qabığını tikan ilə birlikdə soyub götürün. Sonra soyulub təmizlənmiş əzvay yarpağını burub şam formasına salıb anal dəliyinə yeridin.

3. Bitkidən yarpaqlarını kəşib götürün. Xırda hissələrə doğrayıb, sıyıq halına salıb şirəsinə çıxardaraq eyni miqdarda distillə edilmiş su əlavə edib qarışdırın. Alınmış ekstraktı şam formasına salıb soyuducuya qoyub dondurun. Ekstrakt donan zaman onu forma qabından çıxarıb günəbaxan yağına salıb düz bağırsağa yeridin.

Qəbizliyin müalicəsi.

1. Əzvayın şirəsinə çıxarıb buxarlanbırın və toza halına salın. Sonra həmin tozdan az miqdarda götürüb su və bir xörək qaşığı bal əlavə edib qarışdırın. Bundan gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı qəbul edin. Bu əməliyyat mədəni çox yaxşı təmizləyir.

2. Çay qaşığının 1/4-i qədər sabun tozu və dəvətikanı samanı, iki fincan gəndələş, 1 çay qaşığı şüyüd toxumu götürüb bir-birilə qarışdırın. 2 stəkan həcmində alınmış ekstraktın 2 gün ərzində daxilə qəbul edin. Təsirini 12–30 saat keçdikdən sonra hiss edəcəksiniz.

Uşaq zəifliyində. 100 q əzvay şirəsi, 300 q bal, doğranmış 50 q qoz ləpəsi götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Gündə 3 dəfə yeməyə az qalmış qəbul edin. 6–9 yaşında uşaqlara 1 çay qaşığı, 9 yaşından yuxarı olanlara isə 1 xörək qaşığı qəbul etmək məsləhət görülür.

Cinsi fəallığın artırılmasında. 3–5 illik əzvay kolundan 250 q-a qədər sıyıq hazırlayıb üzərinə arı balı, 16%-li qatılgında qırmızı şərab əlavə edib ehtiyatla qarışdırın. Əzvaydan sıyığı 5 gün suvarılmayan xammalından hazırlamaq lazımdır. Alınmış qatışıqları bir-birilə qarışdırıb 5 gün sakit halda saxladıqdan sonra istifadə edin. Birinci həftədə gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin. 2–8 həftə ərzində isə gündə 3 dəfə yeməyə 1 saat qalmış bir xörək qaşığı qəbul edin.

Psoriazun müalicəsində. Bunun üçün eyni çəkiddə əzvay yarpağı, sarımsaq və kərə yağı götürün. Qarışığı ət maşınından keçirin və yağ əlavə edib od üzərinə qoyun. Nə vaxt məlhəm qaynama dərəcəsinə çatdı, onda qabı odun üzərindən götürüb soyudun. Sonra alınmış mazdan dəridə baş verən xoşagəlməz yerlərə sürtüb müalicə edin.

Mədə xərçənginin müalicəsində. 3 illik əzvay bitkisinin yarpağından kəşib götürün və sıxıb şirəsinə əldə edin. 0,5 litr konyakın üzərinə töküüb qarışdırın. Başqa bir qabın içərisinə 3 ədəd təzə dərilmiş ətirşah yarpağı və 3 xörək qaşığı qaynar su əlavə edib su hamamının üzərinə qoyub buxar-

landırın. Alınmış ətirşah ekstraktını süzüb, əzvay və konyak qarışığının üzərinə töküüb qarışdırın. Sonra həmin qarışığın üzərinə 3–4 damcı 5%-li spirt qarışığı olan yod əlavə edin. Alınmış məlhəmdən gündə 2 dəfə — səhər və axşam 1 konyak rumkası qəbul etməyi məsləhət görürlər. Qəbulun birinci günləri xəstədə ola bilsin ki, ağrılar baş versin və nəcisdə qan izləri görünsün. Tədricən bu xoşagəlməz simptomlar çəkilib gedəcəkdir.

Uşaqlıq yollarında əmələ gələn xərçəng, qaymorit, otit, radikulit, hipertoniya, əsəb pozuntularında, mədə, qara ciyər, qadın xəstəliklərində.

Bunun üçün daziotunun yerüstü hissəsindən, adi yovşan, boymadərən, şam tumurcuqlarından qarışıq hazırlayın. Həmin qarışıqdan 50 q götürüb üzərinə 3 litr soyuq qaynadılmış su töküüb 2 saat saxlayın. Qarışığı odun üzərinə qoyub 2 saat qaynadın. Sonra üzərini qalın parça ilə örtüb 24 saat dəmləyin. Alınmış dəmləməni filtdən süzüb, 200 q çaqa ekstraktı (bunu apteklərdə satılan befinrin preparatı ilə də əvəz edə bilərsiniz), 200 q əzvay şirəsi, 200 q konyak və yaxud spirt, 599 q arı balı ilə yaxşı-yaxşı qarşdırdıqdan sonra, qarışığı qalın parça ilə örtüb, isti yerdə 4 gün saxlayın. Aldığınız məlhəmdən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin. Məlhəmi qəbul edəndən 4–5 gün sonra mədənizdə ola bilsin ki, ağrılar baş versin. Bu zaman siz 2 gün bütün yeməklərdən əl çəkib ancaq su içməlisiniz.

Trofik yaraların müalicəsində.

1. Bunun üçün əzvay yarpağından hazırlanmış təzə sıyıqdan yaranın üzərinə yaxıb bağlayın.

2. Əzvay yarpaqlarından hazırlanmış 100 q təzə şirənin üzərinə 5 q mumia əlavə edib həll etdikdən sonra yaranın üzərinə yaxıb bağlayın.

3. Tibb sənayesində əzvay yarpağından müxtəlif müalicə preparatları hazırlanır. Bunların əsasında çaytikanı yağından 1/20 hissə götürüb həmin preparatlarla qarışdırıb yara nahiyənizə yaxın.

Ağ ciyər vərəminin müalicəsində.

1. 100 q əzvayın təzə şirəsindən götürüb içərisinə 5 q mumiya əlavə edin və yaxşı qarışdırın. Sonra hazırladığımız məlhəmdən gündə 2 dəfə 4–5 q qəbul edin.

2. 4–5 illik əzvay yarpaqlarını götürüb təmiz-təmiz yuyub, sıyıq halına salın. Sonra tənziyfdən şirəsini çıxardın. Aldığımız təzə əzvay şirəsindən 1 litr götürüb üzərinə 10 ədəd təzə yumurta sarısı, 1 kq arı balı, 1 kq donuz içi piyi, 1 paçka «Qızıl yarlık» kakao, su əlavə edin. Götürdüyünüz məmulatları bir-biri ilə qarışdırmazdan qabaq balı su hamamında ərilib, piyi isti şəraitdə yumşaldın. Komponentləri bir-birilə qarışdırıb şokolad rəngli cynicinsli kütlə alındıqdan sonra qarşdırmanı dayandırın. Aldığımız kütləni bankalara doldurub soyuq yerdə saxlayın, gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin. Müalicə kursunu dayandırmadan bir neçə ay davam etdirin.

3. 100 q donuz və yaxud qaz piyi, 100 q duzlanmamış kərə yağı, 15 q təzə əzvay şirəsi, 50 q kakao götürüb bir-biri ilə qarşdırın. Aldığınız kütlədən gündə 2 dəfə 1 xörək qaşığı götürüb, 1 stəkan isti süd ilə qəbul edin.

4. 2–3 illik əzvay yarpağından təzə-təzə dərib ot maşınından keçirib sıyığını alın. Alınmış sıyıqın içərisinə sıyıqdan az olmaqla bal qatıb gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməqabağı qəbul edin.

Uşaqlıq yolunda baş verən eroziyaların müalicəsində. 1 xörək qaşığı təzə əzvay şirəsi, 1 çay qaşığı gənəgərçək yağı və 1 çay qaşığı bal götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Yatmazdan qabaq hazırladığınız tamponu aldığınız məhlula hopdurub uşaqlıq yoluna yeridib səhərə qədər saxlayın. Tamponu çıxardıqdan sonra uşaqlıq yolu ətrafını linimenton sitomisin və yaxud çaytikanı yağı ilə təmizləyin. Əməliyyatı hər gün davam etdirin. Müalicə kursu 10 gündür. Əgər müalicəyə yenidən ehtiyac olarsa, onda müalicəni 2 həftə dayandırıb, sonra başlamağı məsləhət görürlər.

İtdirsəyinin müalicəsində.

1. Əzvay yarpağını dərib, təmiz suda yuyun. Elə ki, yarpaq solub ölüşkədi, ondan şirəni çəkin, 1 hissə əzvay şirəsinə 10 hissə su əlavə edib yaxma kimi itdirsəyinin üzərinə sürün.

2. Çox da iri olmayan əzvay yarpağından götürüb onu xırda hissələrə salıb, üzərinə 200 ml qaynadılmış soyuq su əlavə edib 8–10 saat saxlayın. Sonra alınmış ekstraktı götürüb itdirsəyinin üzərinə sürün.

Əzvaydan kosmetik vasitələrin hazırlanması.

Sırr deyil ki, ən faydalı təhlükəsiz kosmetika məhsulları bizim bağda, bağçada və bostanda, həmçinin pəncərəmizin qarşısındadır. Yaşıl dostlarımızın içərisində əzvay bitkisinin insanlar qarşısında böyük xidmətləri vardır. Təbiətin bizə bəxş etdiyi əzvay öz tərkibində insanların sağlamlığının keşiyində duran sirli bioloji aktiv maddələr gəzdirir. Bəs ev şəraitində əzvaydan hansı müalicəvi kosmetik vasitələri hazırlaya bilərik?

Əzvaydan kosmetik gəlin hazırlanması. Bunun üçün əzvay yarpağını xırda hissələrə salın və ot maşınından keçirib şirəsinə çıxardın. Şirəni tənziyədən süzüb qaba tökün, odun üzərinə qoyub qatılaşana qədər buxarlandırın. Aldığınız qatı geli şüşə qablara töküb soyuducuda saxlayın. Ev şəraitində hazırladığımız gəldən götürüb yanıqları, uzun müddət günəş altında işləyən zaman dəridə əmələ gələn ağrı verən dəri qaralmalarını, əzələ və damar ağrıları müalicə etməyiniz məsləhət görürlür. Ev şəraitində kosmetik vasitə kimi ən çox əzvayın aktivləşdirilmiş yarpaqlarından alınan təzə şirədən istifadə etməyə üstünlük verirlər. Bunun üçün əzvayın yarpaqlarını təzə halda kəsin. Doğanmış yarpaqları sıx şirəsinə çıxarın və filtdən keçirin. Hazır olmuş şirədən kosmetik vasitə kimi istifadə edə bilərsiniz. Aldığınız kosmetik şirəni siz ancaq soyuducuda saxlamaqla istifadə edə bilərsiniz. Şirəni so-

yuducuda 2 gündən artıq saxlamaq məsləhət görülmür. Şirəni uzun müddət saxlamaq üçün onu 40%-li spirt və yaxud araqla 4:1 nisbətində qarışdırın.

Cavan qızlar sifətlərində əmələ gələn xoşagəlməz səpgilərin, civzələrin qarşısını almaqda çox çətinlik çəkirlər. Bunun üçün 100 q xırda doğranmış əzvey yarpağını, 0,5 litr təbii alma şirəsinin içərisinə töküb 7 gün saxladıqdan sonra süzün. Məlhəmdən 1 çay qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb bir az saxlayın. Bu ekstrakt sifətinizə sürtmək üçün ən ideal vasitələrdən hesab edilir. Aldığınız ekstraktdan boğaz ağrılarında və digər soyuqdəymələrdə istifadə etmək olar.

Əzveydan çox qəribə müalicəvi xüsusiyyətləri ilə fərqlənən mazın hazırlanma reseptini bilirsinizmi? Bu mazdan gözəllər gözəli Kleopatra istifadə edirmiş. Bunun üçün 40 ml aktileşdirilmiş əzvey şirəsindən götürüb o qədər də distillə edilmiş su ilə qarışdırıb üzərinə 1 çay qaşığı bal, 20 ml çəhrayı su əlavə edin (bu su ətriyyat mağazalarında və apteklərdə satılır). Bundan başqa çəhrayı suyu qızıl güllə ləçəklərindən almaq olar. Cövhəri aşağıdakı kimi hazırlaya bilərsiniz. 2 xörək qaşığı xırdalanmış yarpağandan götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya tökün. 20–30 dəqiqə saxlayıb cövhərini aldıqdan sonra, soyudub süzün. Qarışığı su hamamında qızdırın, sonra tədricən onun üzərinə 100 q əridilmiş təzə piyi əlavə edin. Çalışın ki, qarışıq çox qızmasın. Hazır olmuş kremi şüşə bankaya doldurub soyuducuda saxlayın. Gündə 1 dəfə kremdən sifət və boyun nahiyənizə nazik halda sürün.

Bələliklə ev şəraitində kosmetik müalicə məlhəmləri hazırlamaq o qədər də çətin deyil. Evdə hazırlanan kosmetik məhəmləri 100–200 ml həcmində olan şüşə qablara doldurub ağzını möhkəm bağlayıb soyuducuda saxlayın.

Bal ilə əzvey qarışığından kosmetik vasitənin hazırlanması. 1 xörək qaşığı balı, o qədər də əzvey şirəsi ilə qarışdırın. Sonra aldığınız qarışıqdan götürüb yaxşı yuyulub təmizlənmiş sifətinizə sürün və 20 dəqiqə saxladıqdan sonra isti su ilə yuyun.

Sifət üçün qidalı kosmetik vasitənin hazırlanması. 1 xörək qaşığı bal, o qədər də əzvey şirəsi, kənaf yağı (istənilən bitki yağından istifadə edə bilərsiniz) və 1 ampul E vitamini götürüb bir-birilə yaxşı-yaxşı qarışdırın. Aldığınız qidalı kremdən (hamamlanandan sonra) maska şəklində sifətinizə sürüb 20 dəqiqə saxlayıb, isti su ilə yuyub-təmizləyin. Bundan başqa əzvey yarpağından ev şəraitində götürür və onları tünd kağızlara və yaxud zər və rəqlərə möhkəm bükürlər ki, yarpaqlara heç yerdən işıq düşməsin. Sonra bükülmüş yarpaqları soyuducunun aşağı gözünə qoyub 10–12 gün saxlayırlar. Soyuducuda saxlanılan yarpaqlardan — bioloji stimulyator — ifraz olunmağa başlayacaqdır. Bu bioloji aktiv maddə solub məhv olmaq üzərə olan toxuma hüceyrələrini qıcıqlandırır oyadır, onlara yeni «həyat enerjisi» bəxş edir. Bu cür yarpaqlardan alınan şirə tonusartırıcı, sakitləşdirici, yumşaldıcı

xüsusiyyətlərə malikdir. Bu bioloji şirədən sifətdə əmələ gələn qırıqları aradan qaldırılmasında, elastikliyin bərpa olunmasında geniş istifadə edilir. Bu şirəni istənilən tiyə malik dərilərdə istifadə etmək olar.

Hazırladığınız müxtəlif kosmetik vasitə xaricdə istehsal olunan vasitələrdən nəinki geri qalmır, bir sıra xüsusiyyətləri ilə onlardan üstün sayılır.

Hind soğanı — *Ornithogalum indicum*

Belə təsəvvür edin ki, evinizdə və yaxud ofisinizdə əyləşib işləyir və yaxud qəzet oxuyursunuz. Qəflədən başınızda şiddətli ağrılar başlayır bu zaman otağınıza daxil olan hər hansı bir adamdan baş ağrısını kəsən analqin tableti istəyirsiniz. O, isə əllərini yelləyib gülərək pəncərəyinizdə çiçək açan bitkini göstərib deyir: bitkinin yarpağından bir ədəd dərib ovqunun içərisində əzib aldığımız şirədən ağrıyan nahiyəyə sürtsəniz 1–2 dəqiqə keçdikdən sonra başınızın ağrısı kəsəcəkdir.

Bu qəribə xüsusiyyətə malik olan — hind soğanı və yaxud quyruqlu quşsüdü bitkisidir. Bitkinin latınca adının mənası «*Ornithogalum*», yunanca mənası isə «*ornis*» (quş) və «*gala*» (süd) mənasını bildirir. Bəzən bu bitkini «Çin soğanı» da adlandırırlar. Bitkinin bir neçə adla adlandırılmasının səbəbi 1961-ci ildə SSRİ EA Leningrad Botanika İnstitutunda becərilməsi nəticəsində yaranmışdır. Leningrad Botanika İnstitutuna bitki Almaniyaadan gətirilmişdir. Almaniyaaya isə Çindən gətirilmişdir.

Hindistan soğanı otaq bitkisidir. Ondan alınan şirə ilə hələ çox qədimlərdə xalq təbabətində bir sıra xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilmişdir. Bitkinin soğanağının şirəsindən radikulit, revmatizm, artrit və s. xəstəlikləri müalicə edirlər. Şirəsindən ekzemaların, diş ağrıların və dəri yaralarının müalicəsində işlədilir. Hind soğanının tərkibində insan sağlamlığı üçün çox qiymətli bioloji aktiv maddələr aşkar edilmişdir. Həmin şirədən az miqdarda qəbul etdikdə daxili orqanların fəaliyyətini gücləndirməyə başlayacaqdır. Bitkinin şirəsindən normadan artıq istifadə edilərsə xoşagəlməz hadisələr baş verə bilər.

«Quş südü» bitkisinin tərkibində çoxlu miqdarda kolxisin, kolxisein, kolxamin, qlikoalkoloid, kolkxozid, tiokolxisin və s. alkaloidləri aşkar edilmişdir. Bu alkaloid maddələr orqanizmdə gedən fizioloji prosesləri yavaşdır və hüceyrə bölünmələrini dayandırır. Şirədə olan alkaloidlərin bu keyfiyyətlərini nəzərə alıb bundan xərçəng xəstəliyinin müalicəsində istifadə edirlər. Hindistan soğanının çiçəklərinin tərkibində çoxlu miqdarda efir yağı olduğundan ondan mikrob, soyuqdəymə və vərəm əleyhinə istifadə edilir. Belə güman edirlər ki, hərgah sizin otağınızın pəncərəsində hind soğanı olarsa onda o sizin soyuqdəymə xəstəliklərinə tutulmanız ehtimalını demək olar ki, sifra endirər, sizi bir çox xəstəliklərdən qoruyar. Soğanın tərkibində

olan sarı rəngli şirənin tərkibində flavonoid maddələri aşkar olunmuşdur ki, bu da damar divarlarını möhkəmləndirir, kapliyar damarların sınımasının, eləcə də beyinə və orqanizmin digər sahələrində baş verən qanaxmaların qarşısını alır. Hind soğanından müalicə məqsədləri üçün istifadə edən zaman çox ehtiyatlı olmaq məsləhət görülür. Bitkidən normadan artıq istifadə etdikdə alkaloidin təsiri nəticəsində qıcolma, nəfəs yollarının paraliçi, qan dövranının gedişini azalması, ürək döyüntülərini azaltmaqla çox vaxt ürək dayanmalarına gətirib çıxarda bilər.

Diqqət! Hind soğanının preparatlarından hamilə qadınların, xroniki xəstəliklərə, böyrək və qara ciyər xəstəliklərinə tutulanların, uşaqların istifadə etmələri məsləhət görülmür.

Rusiya EA müxbir üzvü tibb elmləri doktoru Yura Yelisev «quş südü» müalicə məqsədi ilə istifadə olunmasını düzgün hesab edir. Alim tibbi təcrübələrlə sübut etmişdir ki, bir sıra xəstəliklərin müalicəsində elmi təbabət gücsüzlüyünü göstərən zaman «quş südü» istifadə etmək çox vacibdir. Ən əsası odur ki, preparatdan düzgün istifadə edəsiniz.

Hind soğanından müalicə preparatlarının hazırlanması.

Kəskin zökəm zamanı. 1 çay qaşığı hind soğanı şirəsi, 1 çay qaşığı qurudulmuş propolis, 4 xörək qaşığı isti su götürün. Komponentləri bir-biri ilə qarışdırıb zəif od üzərinə qoyub azca qazdırın. Hazır məlhəmdən götürüb bir neçə qatdan ibarət olan tənziyə yaxub xəstə nahiyəyə kompres qoyun və 30 dəqiqə saxlayın. Əməliyyatı günəşırı təkrar edin.

Soyuqdəymə zamanı bronxial astmanın qarşısını almaq üçün. 3 ədəd aspirin tableti əzib narın hala salıb, üzərinə 1 xörək qaşığı donuz piyi və 1 qaşığı hind soğanı şirəsi əlavə edin. Komponentləri bir-birilə yaxşı-yaxşı qarışdırın. Aldığınız mazdan gecələr ehtiyatla döş nahiyənizə sürün. Müalicə kursu 10 gündür. Qanaxmalara, qansızmalarına, vərəmə meyilli olan xəstələrin mazdan istifadə edən zaman çox ehtiyatlı olmaları məsləhət görülür. Mazdan istifadə edən zaman çalışın ki, ürək nahiyələrindən kənar olsun.

Bronxial astma zamanı. Ən mühüm effekt göstərən vasitə. 3 diş əzilmiş sarımsaq, çay qaşığının 1/4 hissəsi (bir çimdik) qədər toz halında qırmızı istiot və 1 ədəd hind soğanı yarpağı götürün. Komponentləri bir-birilə qarışdırıb üzərinə araş əlavə edin. Sonra qarışığı su hamamında qızdırıb aldığınız sıyıqdan götürüb döş nahiyənizə, ürəyə yaxın getmədən sürün.

Artriti olan xəstələrin vəziyyətinin yaxşılaşdırılması üçün. Bunun üçün 30 q təzə yığılmış daziotu çıxəyini götürüb şüşə bankaya və yaxud butilkaya doldurub üzərinə 2 stəkan zeytun yağı əlavə edin və ağzını qapaqla bağlayıb 5–7 həftə işıqlı yerə qoyub yağını çıxardın. Yağı qaranlıq yerdə saxlayın. Yağdan istifadə etməzdən qabaq onun üzərinə 2 xörək qaşığı spirt və hind soğanından alınmış şirə əlavə edin. Hazır olmuş qarışıqdan damarla-

rın üzərinə sürtün və yaxud isti kompres edin. İsti kompres əməliyyatını aparən zaman ehtiyatlı olun ki, mənfi təsir göstərməsin.

Hind soğanının şirəsindən daxilə qəbul etməyin. Çalışın ki, hind soğanının şirəsi gözünüzdə düşməsin. Çünki o dəqiqə gözünüzün selikli qişasını kəskin surətdə qıcıldırmağa başlayacaqdır. Hərgah «quş südündən» gözü-nüzə azca da olsa düşərsə tez onu ilıq su ilə çoxlu yuyun. Bundan sonra göz damcısından istifadə edib gözünüzü 15 dəqiqə qapalı halda saxlayın.

Hərgah siz qərara alsanız ki, hind soğanını öz otağınızda dibçəkdə əkib-becərəcəksiniz və bitki ilə sizdə yaranan xoşagəlməz xəstəlikləri müalicə edəcəksiniz, onda bir neçə məsləhətə firik verməyi unutmayın. Yaşıl soğanaqdan müavlicə məqsədləri üçün istifadə etməyi məsləhət görmürlər. Gözləyin yaşıl soğanaqlar inkişaf edib cavan zoğlar və budaqlar əmələ gətirsinlər. Həmin cavan zoğlardan qələmlər kəşib bitkini vegetativ üsulla artırıb-çoxaldın. Bu zaman ana soğanaqdan ülgüc vasitəsilə kiçik soğanaqları kəşib götürün və qabaqcadan hazırlanmış dibçəklərə əkin. Nə vaxt ki, cavan soğanaqlardan cavan zoğlar əmələ gəlməyə başladı onlardan müalicə vasitəsi kimi istifadə edin.

Süsən — *Iridaceae* fəsiləsi Sarı süsən — *Iris pseudacorus*

Süsənin dünya florasının tərkibində 200-ə qədər növü yayılmışdır. Bunlara ən çox Orta Aralıq dənizi ölkələrinin dağlıq ərazisində, Şimal yarımkürəsinin mülayim iqlimə malik zonalarında rast gəlmək olar. Qafqazda 33, Azərbaycanda 26 növü yayılmışdır. Süsənin xalq təsərrüfatında ancaq sarı süsən — *Iris pseudacorus*, floren süsəni — *I.florentina*, Almaniya süsəni — *I.germanica*, solğun süsən — *I.pallida* və s. növlərindən istifadə olunur.

Süsən çiçəyi təbiətin yaratdığı gözəl canlı abidədir. Çox qədim zamanlardan bizə qədər gəlib çatan bir xalq əfsanəsində bu zərif çiçək haqqında deyilir ki, min il bundan qabaq ilk süsən çiçək açır. O, qədər gözəl olur ki, bütün quşlar və heyvanlar onu sevməyə başlayır. Nə vaxt ki, toxumlar yetişir, külək bunları götürüb dünyanın hər yerinə aparır. Bu zaman yer kürəsinin hər yerində müxtəlif rəng çalarlarına malik süsən əmələ gəlir. Məsələn, nəmli çəmənliklərdə qızılı-sarı süsən, səhralarda qəşəng süsən, dəniz kənarlarında qırmızı süsən, ən gözəli isə mavi (hava) rəngli və ətirli dağ süsəni yaranmağa başlayır.

Bitkinin adı «Iris», «Iridos» yunan sözü olub, «göy qurşağı» mənasını bildirir. Bu da müxtəlif rənglərdə olan süsənin çiçəklərini gözəllik rəmizi kimi xarakterizə edir. «Pseudacrus» isə yunan sözü olub, yalançı deməkdir.

Qədim insanlar hər hansı bitki ilə tanış olan zaman onun müalicəvi xüsusiyyətlərinə fikir verirdilər. Yunan həkimi Dioskorid (bizim eramın I əs-rində) «Dərman vəsaiti» əsərində süsənin müalicəvi xüsusiyyətlərindən geniş söz açır. Süsənin yarpaq, kökümsov və kök hissələri dərman, aşı maddəsi, ədviyyat və s. əldə etmək üçün əvəzsiz xammal sayıla bilər. Belə ki, 300 ildən artıqdır ki, İtaliyada «bənövşə kökü» adı ilə məşhur olan florent süsəninə yüksək keyfiyyətli, xoş ətirli, iron maddəsi ilə zəngin efir yağı istehsal olunur. Bu yağdan isə incə bənövşə çiçəyinin iyini xatırladan ətir alınır. Süsənin bir çox növlərinin kökümsov və yarpaq hissələri C vitamini, karotin, flavonoid, aşı maddəsi, kversetin, lyuteolin, 57%-ə qədər nişasta, 9,6% piyli yağ, qatran və s. maddələr tapılmışdır.

Sarı süsən — *Ipseudacorus*. Hündürlüyü 80–100 (110) sm olan çoxillik ot bitkisidir. Yeriüstü hissəsi budaqsızdır. Sarı süsən yabanı halda su kənarlarında, bataqlıqlarda və rütubətli çəmənliklərdə bitir. Sarı süsənin torpaq altıda yaxşı inkişaf etmiş iri kökümsov gövdəsi olur. Yayın əvvəllərində kökümsovlardakı tumurcuqlardan gövdə, yarpaq, çiçək və meyvə inkişaf edir. Süsən sürətlə böyüyür, çəmən bitkilərindən hündürə qalxır, digər bitkilərin inkişafına imkan vermir, bütöv və ya tala-tala təmiz qruplaşmalar əmələ gətirir. Sarı süsənin yarpaqları uzun müddət, hətta qışda da yaşıl qalır. Yarpaqları lansetşəkilli və paralel damarlıdır. Çiçəkləri iri və gözəl görünüşə malikdir. Ləçəkləri aşağıdan bitişik olub, iri dairə üzrə üç-üç yerləşir. Xarici dairədəki ləçəkləri iri olub, aşağı əyilir, daxildəkilər isə kiçik olub, yuxarı qalxır. Kassa yarpağı yoxdur. Meyvəsi üçyuvalı qutucuqdan ibarətdir. Bitki may–iyun aylarında çiçəkləyir, meyvələri iyul–avqust aylarında yetişir.

Sarı süsən mülayim, subtropik və tropik iqlimi sevir. Respublikamızın torpaq və iqlim şəraiti süsənlərin inkişafı üçün çox əlverişlidir. Sarı süsən dərman, efir yağlı, boyaq, aşı və bəzək bitkisi kimi olduqca qiymətlidir.

Kökümsovları təzə vaxtı iysiz və zəhərli olur. Ondən istifadə etmək üçün kökümsovları yerdən qazıb çıxarır, torpağını su ilə yuyub təmizləyirlər. Sonra xırda hissələrə doğrayıb, sərrib qurudurlar. Qurudulmuş kökümsovları kağız kisələrə doldurub xüsusi anbarlarda saxlayırlar. 3–4 aydan sonra kökümsovlarından incə bənövşə iyi əmələ gəlməyə başlayır. Bu zaman onun köklərini narın toz halına salıb, «bənövşə kökü» adlı efir yağı aхіrlar. Sonra alınmış yağdan ətriyyat, kosmetika, sabunbişirmə və s. ilə yanaşı, qənnadı məmulatları və spirtsiz içkilər istehsalında da geniş istifadə edirlər. Bundən əlavə, narın kökümsovları ədviyyat kimi bir çox xəərəklərə qatılır. Çiçək və kökümsovunun tərkibində 0,1–0,4 efir yağı, iridin qlükozidləri, 55–57% nişasta, 10%-ə qədər yağ, 14%-ə qədər aşı maddəsi və s. tapılmışdır. Bundən başqa çiçəklərindən 8–10% flavonoid maddələri 9–15 (26)%-ə qədər antosian tərkibli boyaq konsentratları və s. alınmışdır. Sarı süsənin qurudulmuş kökümsov və gövdəsindən xalq təbabətində sidikqovucu və qurd-

qovucu dərman kimi istifadə edilir. Təbabətdə isə diş ağrısı, qarın yatalağı və başqa xəstəliklərin müalicəsində işlədilir. Kökümsovu alkaloidlə zəngin olduğundan onlardan yalnız qurudulmuş halda istifadə etmək lazımdır. ✓

Sarı süsənin qurudulmuş kökümsovlarının sulu dəmləməsi və bişmiş işalın qarşısını alır. Sulu dəmləməsi həm də böyrək və sidik yollarının iltihabını, ağrıları və daxili qanaxmaları (uşaqlıq qanaxmalarını) kəsir.

Aristotel, Dioskorid öz əsərlərində xalq arasında süsənin kökündən bir çox xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilməsi haqqında maraqlı məlumatlar verirlər. Qədim zamanlarda süsənin kökünü yerdən qazıb çıxarırlar, yuyub qurudurlar, əzərək narın toz halına salıb spirtdə, çaxırda həll edib, kəskin ağrı verən sidik kisəsini müalicə edərmişlər.

Orta əsrlərdə kosmetika sahəsində süsənin kökündən geniş istifadə etmişlər. Bitkinin cövhəri dışın dibini möhkəmləndirir. Bundan başqa üzde olan çilin yox edilməsində, qanın kəsilməsində, tozunu balla qarışdırıb yaranın üzərinə çəkərək və döyülmüş ətlə qarışdırıb açıq sümüyün üzərinə qoyaraq müalicə edirmişlər. Tozu balla qarışdırıb sifətdə olan çillərin üzərinə sürtür, onları yox edirmişlər.

Süsənin bir çox növlərinin çiçək və kökümsovlarının tərkibində yeyinti və toxumçuluq sənayesində, gön-dəri istehsalında, eləcə də əzəcaçılıq, ətriyyat və kosmetika sahələrində istifadəsi mümkün olan antosian və aşı maddələri, dərman, efir yağları var. Biz ilk dəfə olaraq süsən çiçəklərindən zəhərsiz və tərkibləri bioloji aktiv maddələrlə zəngin olan boyaq maddələri alaraq, qida məhsullarında sınaqdan keçirib maraqlı nəticələr əldə etdik.

Süsən əsasən toxumla, vegetativ üsulla və kökümsovları vasitəsilə çoxaldılır. Çoxaltmaq üçün sağlam cavan cücərtilərin ştillərindən istifadə olunur. Növbəli əkin zamanı süsəni biçilmiş taxıl və yaxud mədəni bitkilər üçün nəzərdə tutulmuş sahələrdə əkib-becərilir. Şümləmə 27–30 sm dərinliyində aparılır. Şümləmədən sonra hər hektar sahəyə 200–300 kq superfosfat, 100–150 kq kalium gübrələri verilir. Bitkinin inkişafı prosesində hər suvarmadan sonra kultivasiya işləri aparılır, sahə əlaq otlarından təmizlənir. Bitkinin hündürlüyü 10–12 sm-ə çatdıqda hər hektar sahəyə 150–250 kq superfosfat, 80–125 kq kalium gübrəsi verilir. İkinci il bitkinin dibi boşaldılır, əlaq otlarından təmizlənir və suvarılır.

Süsəni qida sahəsi 70x30 sm olan yerdə əkib-becərilir. Hər hektar sahədən 5–8 ton kökümsov məhsulu əldə edilir.

Söyüd — *Salicaceae* fəsiləsi

Söyüd — *Salix*

Söyüd — *Salix* cinsinin dünya florasının tərkibində 500-dən artıq növünə təsadüf edilir. Qafqazda 25, Azərbaycanda isə 14 növü yayılmışdır.

Söyüd ağaclarının xalq təsərrüfatında böyük əhəmiyyəti vardır. Səbət söyüdləri (üç erkəkcikli söyüd, qonur və ya purpur söyüdü və s.) toxunma avadanlıqlar (səbət, toxunma mebel və s.) üçün gözəl materialdır. Bəzi söyüd növləri qabıqlarında aşı maddələrinin xeyli çox olması ilə digər bitkilərdən fərqlənir. Azərbaycanda söyüdlərdən bu məqsədlə istifadə edilmir. Müxtəlif səbət söyüdlərinin birlik çubuqlarının (şüvlərinin) qabığı ağaclara göz calağı vurulduqda bir sarğı materialı kimi də işlədilir. Söyüd ağacları həm tikinti, həm də yanacaq, bəzək və dərman xammalı (qlükozid salisin) kimi də qiymətlidir. Söyüd qabığından hazırlanan preperatlar büzücü maddə kimi, qızdırmanı aşağı salan və qankəsici vasitə kimi işlədilir. Xalq təbabətində bu ağacın qabığından (ağ söyüd, keçi söyüdü və ya kolvari söyüd, qırmızı söyüd) malyariyaya qarşı istifadə olunur. Söyüd qabığından alınan tozu isə irin və yaraların üstünə səpirlər.

Bir çox söyüd növlərinin qabığı parçaları sarı, qəhvəyi və qırmızı rəngə boyamaq üçün işlədilir. Söyüdlüklər arıçılıq üçün çox qiymətlidir, yazın əvvəllərində söyüd ağacları çiçəkləmə dövründə çiçək balı (nektar) və tozcuq verir. Arıçılıq üçün ən qiymətli söyüd növləri keçi söyüdü, kolvari söyüd, küllü söyüd, ağ söyüd, nisbətən az qiymətli olan növlər isə beşerkəkcikli söyüd, üç erkəkcikli söyüd, purpur söyüdü və s. Bəzi hallarda yaz əlverişli keçdikdə və arı ailələri gümrah olduqda söyüd ağaclarının hər hektarından 150 kq-a qədər bal almaq olur.

Ağac formalı söyüdlərin oduncağı yumşaq və yüngüldür. Ondan dülgərlik və tokarlıq işində, ev əşyaları, sadə kənd təsərrüfatı alətləri və s. hazırlanmasında istifadə edilir.

Oduuncağından sellüloza istehsal etmək və plastik kütlələr hazırlamaq üçün də istifadə etmək olar.

Söyüd yaşıllaşdırma məqsədilə ən çox əkilən ağacdır. Bağlarda və parklarda, göllərin ətrafında, xiyabanların yanlarında, meşəliklərin kənarında əkilib becərilən bəzək söyüdləri (xüsusilə də salxım söyüdlər) bütün dünyada məşhurdur.

Küçələrdə, yolların kənarlarında, evlərin qabağında və həyətlərdə də söyüd əkilir.

Söyüd növlərindən bir çoxunun böyük meliorativ əhəmiyyəti var, bəzi söyüd növləri qoruyucu meşə zolaqlarında əkilir, bəzilərindən qumluqlarda, suvarılan torpaqlarda və ya göllərin ətrafında meşə salmaq, yarıq və uçurumları bərkətmək üçün istifadə edilir. Söyüd ağaclarında bəzi ov heyvanları və quşlar yaşayıb qidalanırlar. Budaqları qışda ev heyvanları üçün yemdir.

Söyüd növlərinin çoxusu sürətlə böyüməsi (xüsusilə də cavan ikən) və işıq sevməsi ilə fərqlənir. 20–30 illik söyüd ağaclarının istehsalat əhəmiyyəti daha böyükdür.

Bədmüşk, pişpişə — *S.caprea* hündürlüyü 1,5–4, bəzən 4–8, m-ə diametri 40–60 sm-ə qədər olan ağacdır. Qabığı yaşımtil-boz və hamardır. Böyüdükcə, xüsusilə gövdəsinin aşağı hissəsi qonurumtul rəng alır və üzərində uzununa dərin çatlar əmələ gəlir. Cavan budaqları sıx boz tüklüdür, sonralar çılpəqlaşır. Tumurcuqları çox iri, çılpəq və qonurdur, 5 mm-ə qədər uzunluqdadır. Yarpaqlarının uzunluğu 5–12 (18), eni 2,5–5(8) sm olub, ellips şəklindədir. Yarpaqlar açılmazdan əvvəl çiçəkləyir. Dışicik sığaları saplaqlıdır, sıxdır, meyvələrinin yanındakılar 10 sm-ə qədər uzunluqdadır.

Erkəkciqləri 2, sərbəst və çılpəqdır. Mart–aprel aylarında çiçək açır.

Bədmüşk söyüdü — *S.caprea*. Azərbaycanda Böyük və Kiçik Qafqazda, eləcə də Naxçıvan və Lənkəranın dağ yamaclarında yayılmışdır. Əsasən orta və yuxarı dağ qurşağında bitir. Nadir hallarda ovalıqlarda rast gəlinir. Çay sahilləri boyunca, bulaqların yaxınlığında, rütubətli yerlərdə, xüsusilə də meşə açıqlıqlarında, meşələrin kənarlarında, tarlalarda, uçurumlarda, kollar arasında, çəmənliklərdə tək-tək və topa halında bitir.

Bədmüşk söyüdünün qabıq və budaqlarının tərkibindən alkaloid, C vitamini, salisil spirti, 2,2–4,2%) fenolqlükozid, katexin, kversetin flavonoidləri, yarpaqlarından üzvi turşular, saponin, kempferol, lyuteolin, apiqenin, bakkozid, salikaprin, hamaşçiçəyindən 0,49–1,87% fenolqlükozid, triantin, izoramnetin, lyuteolin, erkək hamaşçiçəyindən üzvi turşular, C vitamini, 4,1–5,3%-ə qədər diosmetin, kapreozid, salikapreozid, izoramnetin flavonoidləri aşkar edilmişdir. Dışiciyindən 1%-ə qədər sulu karbohidrat maddələri, 0,2%-ə qədər saxaroza, tozcuğundan 11%-ə qədər sulu karbohidrat, 7%-ə qədər saxaroza qlükoza, fruktoza qalaktoza, ramnoza, C vitamini və s. maddələr aşkar edilmişdir.

Bədmüşk söyüdü çox qiymətli dərman və texniki bitkidir. Tərkibində flavonoidlər, aşı, boyaq maddələri aşkar edilmişdir. Bu qiymətli bitki xalq təbabətində qədimdən istifadə olunur. Aprel–may aylarında çiçəklənmə dövrüdür, qabığı isə iyun–iyul aylarında toplanır. Qabığından təzə alınmış şirə mədə xəstəliklərinin, qaraciyər iltihabının, sarılığın müalicəsində, eləcə də qızdırmanı aşağı salan, qandayandırıcı vasitə kimi faydalıdır. Elmi təbabətdə xinin maddəsinin kəşfinə qədər ondan oynaq revmatizminin, böyrək xəstəliklərinin müalicəsində, bəzi vəzilərin şişməsinin qarşısının alınmasında geniş istifadə olunmuşdur. Bunlardan başqa, söyüd qabığının külündən hazırlanan sirkəli məlhəm ziyil götürən dərmandır. Onun kitresi göz xəstəliyinin müalicəsində mühüm əhəmiyyətə malikdir. Bədmüşk söyüdünün çiçəklərindən alınan cövhər xalq arasında «pişpişə arağı» adı ilə məşhurdur. Bitkidən ürək ağrısı zamanı və ünumiyyətlə, ürək xəstəliklərində damcı formasında istifadə edilir. Ürək dərmanı kimi bitkinin başqa hissələrinə nisbətən erkəkciq daşıyan çiçəkləri daha səmərəlidir.

Ondan alman preparatlar ürək fəaliyyətinin pozulması və nəbzın tez-tez vurması vaxtı işlədilir. Son zamanlar söyüd çiçəyindən hazırlanan duru spirtli cövhərdən qan təzyiqi xəstəliklərində istifadə olunur.

Alman xalq təbabətində qabığından hazırlanan demləmə və cövhərindən öskürək, baş ağrılarında, qızdırmada, malyariya, müxtəlif qanaxmalarda, mədə-bağırsaq xəstəliklərində, sinir ağrılarında müxtəlif soyuqdəymələrdə, bakteriya əleyhinə istifadə olunur. Qanın təmizlənməsində, sakitləşdirici kimi daxilə qəbul edilir.

Bədmüşk söyüdünün qabığının tərkibində 15–16%, bəzi hallarda isə hətta 21%-ə qədər tanin maddəsi olur. Ağac daha keyfiyyətli olduqda taninin miqdarı 62,1%-ə çatır. Qabıqlarından alınan yüksək keyfiyyətli tanin maddəsi gön-dəri sənayesi üçün qiymətli aşılama sayılır.

Bu söyüd qiymətli bəzək bitkisi hesab edilir. Bədmüşk söyüdünün yarpaq, çiçək və qabıqlarının tərkibində flavonoid tərkibdə boyaq maddələri vardır. Biz laboratoriya şəraitində bədmüşkdən sarı, qızılı-sarı, sarı-narıncı, narıncı-yaşıl, yaşılımtıl, zeytunu, firuzəyi, qonur, qonurumtul-boz, açıq-qəhvəyi, tünd-qəhvəyi, şabalıdı, qəhvəyi-qara və s. rəng və çalarlar almışıq. 1 kq bədmüşk söyüdünün qabığından hazırlanan boya məhlulu ilə 8–10 kq yun və ipək məmulatını boyamaq olur. Bitkidən alınan rəng və çalarlar günəş şüasına, yuyulmaya qarşı davamlıdır. Bədmüşk söyüdünün qələmləri çox çətinliklə kök atır, əsasən toxumların vasitəsilə çoxaldılır. Kötüyündən çoxlu pöhrə verir.

Ağ söyüd — *S.alba* söyüd cinsinin xalq təsərrüfatı üçün əhəmiyyətli növlərindən biridir. O, hündürlüyü 15–20 (30) sm olan, geniş çətirli və əlverişli şəraitdə gövdəsinin diametri 2–3 m-ə çatan ağacdır. Qabığı bozdu, köhnə gövdəsinin qabıqları üzərində dərin çatlar olur. Cavan budaqları gümüşü tüküldür, köhnə budaqları cılpaq qonurumtul və ya sarımtıldır. Tumurcuqları budağa sıxılmışdır, sivridir, təqribən 6 mm uzunluğundadır. Yarpaqları nazik olub, ensiz və ya enli lansetvaridir. Sırğaları yarpaqları ilə bir zamanda açılır.

İkiyüvali çiçəkləri sümbül şəklində tək-tək düzülmüşdür. Meyvəsi qutucuqdan ibarətdir.

Bitki aprel–may aylarında çiçək açır, meyvəsi iyun ayında yetişir. Ağ söyüd Azərbaycanda çox geniş yayılmışdır. Bu bitki sulu yerlərdə, arxların, çayların və xəndəklərin kənarlarında tək-tək və topa halında bitir. Çox vaxt həyətyanı sahələrdə, küçələrdə, yol və arxların kənarında və s. yerlərdə yaşıllaşdırma məqsədilə əkilib-becərilir. Nahaq yerə xalq arasında deməmişlər ki, «söyüd su ilə dalaşmaz», «söyüd çəmənlər otları kimidir, onu biçərsən, o yenidən böyüyüb formalaşmağa başlayar», «söyüd uzununa böyüyür» və s. Qədim yunanlar hesab edirdilər ki, söyüd, Hekatə və Hərə allahlarıdır.

Roma şairi Vergiliyanın əsərlərində göstərilir ki, ilahə və pərilər öz yaxın adamlarını, sevgililərini itirən zaman qəmginlik rəmzi olaraq, söyüd ağacının altında oturub yas saxlayırmışlar.

Ağ söyüd təsərrüfat cəhətdən qiymətli, tez böyüyən, torpağa qarşı az tələbkar bir ağacdır. Şaxtaya qarşı həssasdır. Yumşaq yerlərdə, təzə çay çöküntülərində yaxşı əmələ gələrək, 20 yaşına qədər hər il təqribən 1 m boy atır. Sonralar boy yavaşlayır və tamam qocalıncayadək diametri daim yoğunlaşır, 100 ilə qədər yaşayır.

Respublikamızın ərazisində ağ söyüdün çox geniş yayılmasına baxmayaraq, ümumiyyətlə, ehtiyatı getdikcə azalır. Yalnız geniş surətdə becəriləndikdən sonra sənayedə istifadə etmək üçün bir xammal mənbəyi ola bilər.

Yarpaq tumurcuqlarından 2,91–7,3% monosaxarid, 0,39–4,13% saxaroza, karotinoid, yarpaqlarından karotinoid, C vitamini, apigenin, izokversetin, rutin, monoqlükozid, izoramnetin, narsissin, tozcuqlarından qlükoza, fruktoza, qalaktoza, ramnoza, C, P, karotin və s. maddələr aşkar edilmişdir. Gövdəsinin qabığına 14–15%-ə qədər aşı maddəsi aşkar edilmişdir.

Söyüd qabıqları nazik dərilərin aşılınması üçün əvəzolunmaz xammal sayılır. Söyüdlə aşılınmış nazik dərilərdən isə zərif əlcəklər və kitab cildlərinin hazırlanmasında istifadə edilmişdir.

Söyüdün qiymətli müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında qədim yunanların geniş məlumatları vardır. Dioskorid söyüdün qabıq, yarpaq, tumurcuq və çiçəklərindən alınan şirələrin böyük müalicəvi əhəmiyyəti haqqında geniş məlumat vermişdir.

Gövdəsinin qabıq və budaqlarından hazırlanan ekstraktlardan büzüsdürücü, hemostaz (qan axmasının kəsilməsində), dezinfeksiyaedici, hərarət-salıcı, damarları genişləndirən vasitə kimi istifadə edilir. Cövhər dəmləmə və tozundan isə dizenteriya, qastrit, qəbizlik, daxili qanaxmalarda, qadın xəstəliklərində, nevroz, vərəm, tif, revmatizim və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə olunur. Bundan başqa ağ söyüdün cövhərindən, dəmləməsindən, tozundan ağız və boğazın qar-qara olunmasında, vannasından damar genişlənmələrində, müxtəlif dəri xəstəliklərində istifadə edir, tozundan isə yara qanaxmalarının üzərinə qankəsici vasitə kimi səpirlər. Bolqarıstanda oynaq və toxumalarda baş verən nasazlıqların aradan götürülməsində işlədilir. Yarpaqlarından hazırlanan dəmləmələrdən güclü bağırsağ qanaxmalarında, qızdırmanın aşağı salınmasında, hamaşçıçəyindən isə əsəb və taxikardiya (ürəyin tez-tez döyünməsi) əleyhinə işlədilir. Çiçəklərindən hazırlanan cövhər isə qızdırmanı aşağı salan vasitə kimi daxilə qəbul edilir.

Xalq arasında ağ söyüdü «aspirin ağac» adlandırırlar. Belə ki, söyüdün qabıqlarından alınan salisin — təbii preparat olub aspirini əvəz edir. Bundan başqa uzun müddət ağ söyüdün qabıq və cavan budaqlarından ali-

nan cövhərdən qəbul edən zaman insanlarda damarların elastikliyi artır. Qan kapliyarlarının partlayıb və qırılıb sızmalar əmələ gətirməsinin qarşısını alır.

Ağ söyüdü qabıq hissəsi qiymətli müalicəvi xüsusiyyətlərə malikdir. Ondan hazırlanan preparatlardan dezinfeksiyaedici, soyuqdəymə, qanyaradıcı, sakitləşdirici, büzüşdürücü və sidikqovucu vasitə kimi istifadə edilir.

Malyariya xəstəliyi yayılan rayonlarda bu xəstəliyi müalicə etmək üçün çox qiymətli və çətin tapılan xinin maddəsini soyüd qabığı ilə əvəz edirmişlər. Bu qiymətli təbii vasitədən bu gün də bir sıra xəstəliklərin müalicəsində müvəffəqiyyətlə istifadə edilir.

Damarlarda toplanan duz yığımlarının, revmatizmin, həmçinin ishal və mədədə olan turşuluğun nizama salınması üçün. 1 xörək qaşığı doğranmış soyüd qabığını 0,5 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərində 15–20 dəqiqə saxladıqdan sonra götürüb bir saat dəmləyin və süzüb gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı daxilə qəbul edin.

Damar genişlənmələrində və tromboflebitin aradan qaldırılmasında. 250 q qabığı 2 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub 15–20 dəqiqə saxlayın. Dəmlədikdən sonra bir vedrə suya töküüb temperaturunu 37°-yə çatdırın. Dizinizi vannaya qoyub 20–30 dəqiqə saxlayın, bu zaman ayaqlarınızın üzərini isti odevalla örtün. Çalışın ki, su soyumasın. Əməliyyatdan sonra isti corab geyinin.

Soyuqdəymə zamanı. Doğranmış soyüd qabığını qızılağac qozu ilə qarışdırıb 1 xörək qaşığı 1 stəkan qaynanmış suyun üzərinə töküüb 5–7 dəqiqə zəif od üzərində saxlayın. Dəmlədikdən sonra soyudub süzün, gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Bərabər miqdarda doğranmış cavan söyüd budağından və qızılağac qozundan götürüb qarışdırın. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 3–5 dəqiqə bişirib 30 dəqiqə dəmləyib, süzün. Cövhərdən stəkanın 1/4 hissəsi qədər götürüb gündə 2–3 dəfə yeməkdən qabaq qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Qızdırma, göyöskürək və vərəm xəstəliklərində. 1 çay qaşığı xırdalanmış qabığından götürüb 1 stəkan qaynar suyun üzərinə töküüb, qaynama dərəcəsinə çatdırın. 3–4 saat dəmlədikdən sonra süzüb gündə 3–4 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Qastrit, kolit, dizenteriya, daxili qanaxmaların, o cümlədən də uşaqlıqda baş verən kəskin qanaxmaların qarşısının alınmasında. Söyüdü 1 xörək qaşığı doğranmış qabığından və yaxud cavan budaqlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 10–15 dəqiqə bişirdikdən sonra yarım saat dəmləyib süzün. Sonra üzərinə isti su əlavə edib bir stəkan həcminə gətirin. Cövhərdən gündə 3–4 dəfə 1–2 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Diqqət! Söyüd qabığından hazırlanan çay və dəmləmələrdən hamilə qadınların, xroniki qəbizliyi olan xəstələrin istifadə etmələri məsləhət deyil.

Söyüddən hazırlanan şirə kosmetika sahəsində də işlədilir. Bundan əlavə söyüddən alınan cövhərlə döyənək və ziyillərin aradan qaldırılmasında, saçın dibinin möhkəmləndirilməsində geniş istifadə edilir. Söyüdü qabığını yandıraraq alınan külün tərkibinə qatı sirkə turşusu əlavə edib, ayaqda əmələ gələn qaşınmaları, göbək xəstəliklərini, döyənəkləri müalicə edirlər. Cövhəri ilə saçları yuduqda tüklər qızılı rəngə boyanır.

Cövhəri saçın dibini möhkəmləndirir, qovağı yox edir. Söyüdü cövhəri dəridə baş verən qaşınma və ekzemaların aradan qaldırılmasında geniş istifadə edilir.

Söyüd qiymətli bəzək bitkisidir. Söyüdlər yarpaqlarının rənginə, formasına, çətirlərinin müxtəlifliyinə görə həqiqətən təbiət gözəlidir. Elə bir arx, çay, dərə və göl ətrafı yoxdur ki, oranı söyüdsüz təsəvvür edəsən. Elə yerlər də var ki, söyüdlüyün sıxlığından keçmək belə olmur, keçilməz cəngəllikləri xatırladır. Belə yerlər ürəkəçən biosenoz yaradaraq bir çox quş və heyvanlar üçün sığınacağa çevrilir.

Budaqları azacıq küləkdən belə əsməyə başlayır, həzin xışıltılı bir musiqi ahəngi yaradır. Bəzi söyüdlərin salxım budaqları suya çatana qədər uzanaraq, ləpələyə qoşulub qərribə mənzərə yaradır. Bu görünüş insanların zövqünü oxşayır, onların əsəblərinin sakitləşməsinə səbəb olur. Bəli, bir çox hikmətləri ilk baxışda duyulmayan, haqq-sayları mizan-tərəziyə qoyulmayan söyüdlər. N.A.Obozovun dediyi kimi, bitib yayıldığı yerlərdə digər ağac və kolların yarada bilmədiyi qədər münasib mikroiklim və bitkilər üçün əlverişli olan xüsusi fitoiklim yaratmaq kimi özlərinə məxsus bioloji keyfiyyətlərə malikdir. Elə buna görədir ki, bulaq və çaylar üzərində baş əyən söyüdlərin kölgəsində torpağın və suyun hərərəti aşağı, havada rütubətin faizi normal, havanın özü saf olur. Söyüdlər kənarında əkildikləri arxların suyunun axma sürətini xeyli azaldır, ətrafı yuyulmaqdan qoruyur, pambıq tarlaları və əkin zəmiləri üçün qoruyucu meşə zolağı vəzifəsini daşıyır. Kənd təsərrüfatı bitkilərinin ziyanvericiləri ilə qidalanan quşların çoxalaraq yaşamaqları üçün sığınacaq yaradır. Bir sözlə, söyüdlər gözəllik, sağlamlıq və maddi nemətlər bolluğu rəmzidir.

Söyüdü qabıq hissəsindən boyaq məhlulu hazırlayıb yun ipi açıq qəhvəyi, qəhvəyi, tünd-qəhvəyi, şabalıdı və s. rəng və çalarlara boyamaq olar.

Söyüdü qabıq hissəsini xammal kimi apreldən başlayıb, iyun ayına qədər toplamağı məsləhət görürlər. Yığılan xammal günəş altında sərib qurudurlar. Qabığın saxlama müddəti 3 ildir.

Dünya florasının tərkibində qovaq cinsinin 120-dən artıq növü yayılmışdır. Qafqazda 16, o cümlədən Azərbaycanda 11 növünə təsadüf edilir.

Yazın əvvəllərində xoş ətirli iy hiss edirsiniz. Bu qovağın şişmiş tumurcuğunun iyidir. Qovaq insanlara çox yaxın olan bitkilərdən biri hesab edilir. Deyilənlərə görə qovağı Allah gərgin fiziki işlərdən sonra, insanların yorğunluğunu aradan qaldırmaq üçün bəxş etmişdir. Doğurdan da qovaq insanlara sədaqətlə qulluq edir, onların sağlamlığının keşiyini çəkir. Qovaq havanı zəhərli maddələrdən təmizləyir, radioaktiv maddələri zərərsizləşdirir, tozu və karbon qazını udur və oksigen ifraz edir. Bundan başqa bitkinin bütün hissələri fitonsid xüsusiyyətlərə malikdir. Qovağın şişmiş tumurcuqlarında olan yapışqanlı qotrandan arılar müalicəvi təsirə malik propolis hazırlayır.

Dərman məqsədləri üçün qovağın yarpaq, qabıq və tumurcuqlarından istifadə olunur.

Qovaqdan hazırlanan preparatlar soyuqdəymə, antiseptik, ağrıkəsici, yumşaldıcı, istiliyi aradan qaldıran, tərqovucu, sakitləşdirici, yarasagaldıcı xüsusiyyətlərə malikdir.

Qovaqdan müalicəvi preparatların hazırlanması.

Soyuqdəymə və temperaturun yüksəlməsi zamanı. 2 xörək qaşığı təzə tumurcuğundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb, termos və ya ağzı bağlı qabda 4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Hər 3–4 saatdan bir 1 xörək qaşığı daxilə qəbul edin.

Mədə yarası üçün tumurcuğun yağda ekstraktının hazırlanması. 2 xörək qaşığı təzə qovaq tumurcuğundan götürüb 1 stəkan təmizlənmiş bitki yağının içərisinə tökün, su hamarında 2 saat qaynatdıqdan sonra, 2 həftə saxlayın. Süzüb gündə 3 dəfə 2 çay qaşığı daxilə qəbul edin.

Qovaqla, revmatizm, sistit, babasilin müalicəsi. 100 q təzə tumurcuğun üzərinə 0,5 litr ara q töküb, qaranlıq yerdə bir həftə saxlayın. Sonra süzüb, 15–20 damcı stəkanın 1/4-i qədər suya töküb gündə 3 dəfə qəbul edin.

Prostat vəzinin və adenomanın müalicəsində. 2 xörək qaşığı və yaxud 3 xörək qaşığı tər yarpaqlarından götürüb 1,5 stəkan qaynar suya töküb, 15 dəqiqə dəmləyib süzün. Alınmış cövhəri bütün günü 4–5 dəfə qəbul edin.

Eyni zamanda vannasını qəbul edin. Bunun üçün 4 xörək qaşığı doğranmış təzə tumurcuğundan götürüb 1 litr qaynar suya töküb 5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, 4 saat dəmləyin. Alınan cövhəri süzüb vannaya tökün və hər axşam 2 həftə müddətində qəbul edin.

Radikulit zamanı. Yarım litrlik şüşə bankanı təzə qovaq tumurcuğu ilə doldurub üzərinə ara q əlavə edin və bir həftə qaranlıq yerdə saxlayın. Sonra tənzifə və yaxud pambığa hopdurub ağrıyan yerə sürün. Bu cövhəri siz kəsiklərə, cızılmış yerlərə də sürə bilərsiniz.

Qoz — *Juglandaceae* fəsiləsi

Qoz — *Juglans*

Bir çox xalqlar qozu insanlara xoş güzəran və uzun ömür bəxş etmək rəmzi kimi qəbul edirlər. Qədim yunanlar bayram günlərində bir-birilərinə qoz meyvəsi hədiyyə edirmişlər. Roma xalqının toy mərasimləri qozsuz keçməzmiş. Moldovənlər arasında gözəl bir adət-ənənə bu günə qədər də davam edir. Elə ki, ailədə oğlan uşağı doğuldu, onun şərəfinə həyətdə bir qoz ağacı əkirlər.

Qoz haqqında ilk dəfə elmi məlumatı «botaniklərin atası» Teofrast vermişdir.

Sonralar qoz haqqında dəyərli elmi məlumatlara Dioskoridin, Siseronun, Pliniyin, Vergilin, Hippokratın əsərlərində rast gəlirik. Qozun meyvəsi iki təyli olub, yeməli nüvəsi 4 bərabər hissədən ibarət, sanki «4 qardaş bir köynəkdə» deyimini xatırladır. Bu bərdə çoxlu əfsanə mövcuddur. Məsələn, yunan filosofu Platon qoz meyvəsinin düşünmə qabiliyyətinə malik olduğunu qeyd edir. İsveç alimi və səyyahı Seven Hedin inandırıcı şəkildə qeyd edir ki, qozun yetişməmiş meyvəsini dərəndə inciyib ağlamağa başlayır.

Teofrast qoz ağacını belə təsvir edir: «O, gözəl iri ağac olub, torpağa tələbkər olmayan, yol kənarlarında bitən, heç nədən — üldırım gurultusundan, güclü küləklərdən, dolu və yağışdan qorxmayan canlı bir varlıqdır».

Rusiyaya «qırmızı-yaşıl qoz meyvəsini» min il bundan qabaq yunan taciri gətirmişdir. O vaxtdan da bunun adı yunan qozu olaraq adlandırılmışdır. İ.V.Miçurin qozu «kombinat ağacı» adlandırmışdır.

Qoz — *Juglans regia* hündürlüyü 25–35 m və gövdəsinin diametri 15–200 (400) sm-ə qədər olan böyük ağacdır.

Gövdəsi biçilmiş, qabığı açıq-bozdur, hamar və azca çat-çatdır, qoca ağacların qabığı tünd boz rəngdədir. Yarpaqları tökülən olub, (2) 3–5 cüt uzunsov yumurtavari və ya ellipsşəkillidir, xarici çiçək yanlığı yaşımtil və çılpaqdır. Daxili çiçək yanlığı (qozası) bərkdir, qoza oxşar qırıxıqlıdır, az və ya çox iri tilləri vardır, tərək hissəsi sivridir, iyulun ortalarında bərkiyir, meyvə yetişdiyi zaman xarici çiçək yanlığının rəngi qonurlaşır. Çox vaxt çiçəkyanlığı parçalanıb ayrılır və meyvə yerə töküldüyü zaman o qopur. Aprel–may aylarında, yarpaqlar tərək çıxdığı zaman çiçəkləyir, meyvələri avqustun axırlarında yetişməyə başlayır. Dünya florasının tərkibində qozun 40-a qədər növü yayılmışdır (S.Y.Sokolov, 1951).

Qoz respublikamızın meşələrində, kolluq sahələrdə təbii bitən və süni yetişdirilən qiymətli ağaclardandır. Ona Rusiyada yunan qozu, Finlandiyada alman qozu, Bolqarıstanda bolqar qozu, Moldovada voloş qozu, Azərbaycanda sadəcə olaraq qoz, Naxçıvanda isə cəviz deyirlər. Qoz ağacı İranda,

Türkiyədə, Yunanıstanda, Balkan yarımadasının cənub hissəsində, Orta Asiyada, Qafqazda, Əfqanıstanda, Çində, Koreyada və Yaponiyada geniş yayılmışdır. Bu bitki Qafqazda dəniz səviyyəsindən 1600 m, Pamirdə, Altayda, Tyan-Şanda və Tacikistanda 2000–2500 m, Əfqanıstanda 3000 m yüksəkliklərə qalxır. Həmçinin İspaniyada, Fransada, İtaliyada, Şimali Afrikada, Amerikanın Kaliforniya ştatında yetişdirilir. O, İngiltərədə hələ eramızdan əvvəl Roma hökmranlığı dövründə introduksiya edilmişdir.

Qozun dadlı meyvəsinin kaloriliyi çörəyə nisbətən üç dəfə, ətə nisbətən 4 dəfə, kartofa nisbətən 7 dəfə artıqdır. Yağın miqdarı günəbaxanda 23–26 %, kətanda 10–25%, pambığın toxumunda 13–15% olduğu halda, qozun ləpəsində 45–78%-ə çatır. Qozdan alınan yağ yeyinti sənayesində, tibbdə və eləcə də tuş, lak, rəng, yüksək keyfiyyətli sabun istehsalında istifadə edilir. Qoz meyvəsinin tərkibindən 10–26 zülal maddə, 17–26% sulu karbohidratlar, 5–16%-ə qədər; azotsuz ekstraktiv maddələr, 1,2–2% kül maddəsi aşkar edilmişdir.

Qozun qabığı, yarpağı, yaşıl qərzəyi aşı və boyaq maddəsi ilə zəngindir. Qoz becərilən rayonlarda yerli əhali yarpaq dəmləməsindən angina zamanı boğazı yaxalamaq üçün istifadə edir. Qərzəyində efir yağları, A provitamini, B, P, C vitaminləri vardır.

Qozun meyvəsi insanın gücünü bərpa edir, ona gümrahlıq gətirir. Azərbaycanda qozun ləpəsindən halva və paxlava bişirmək üçün istifadə edilir. Asiya xalqları hələ qədim zamandan qoz ləpəsini yeməklə bərabər, bir sıra xörəklərin hazırlanmasında istifadə etmişlər. Gürcüstanda ondan üzüm şirəsilə birlikdə hələ qədimdən döyüscülərin yeməyi sayılan çürçeli adlı xüsusi kolbasa hazırlayırdılar. Yetişməmiş, sütül qozdan mürəbbə bişirilir. Bu zaman qərzəkdən təmizlənmədiyindən onun mürəbbəsi bir sıra vitaminlərlə və efir yağları ilə zəngin olur.

Qozun həm də müalicəvi əhəmiyyəti var. Məşhur təbib Əbu Əli İbn Sina əsərlərində həmişə qozu qüvvətli qida və müalicə bitkisi kimi təbliğ edirdi.

Hippokrat qozun yaşıl qabığından (meyvə yanlığından) qurdqovucu vasitə kimi istifadə etmişdir. Qədim yunan həkimi Halen qozun yaşıl meyvəsinə südlə bişirib mədənin möhkəmləndirilməsində istifadə etmişdir. Belarus xalq təbabətində yaşıl meyvəsindən alınan preparatlarla ishal zamanı və qan təzyiqinin aşağı salınmasında istifadə edilir. Bundan başqa yetişməmiş yaşıl meyvəsinin 70% spirtli çıxarılışından mədənin möhkəmləndirilməsində işlədilir. Daxili arakəsmələrini çaxırda çıxararaq kəskin mədə pozuntularında işlədirlər. Qafqaz xalqları meyvəsinin bərkimiş (odunlaşmış) arakəsmələrindən cövhərlər hazırlayıb şəkərli diabetdə, qalxanabənzər vəzdə baş verən pozuntuların aradan qaldırılmasında, qəbizlikdə, damar xəstəliklərində, hipertoniya, aterosklerozda tətbiq edirlər. Qozun meyvəsinin

odunlaşmış daxili arakəsmələrini götürür, xırda-xırda doğrayır, konyak və yaxud balda cövhərini hazırlayıb bir həftə qaranlıq yerdə saxladıqdan sonra gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı olmaqla daxilə qəbul edərək, zob xəstəliyini müalicə edirlər. Sonra meyvəsinin odunlaşmış arakəsmələrini götürüb xırda hissələrə salır, spirt və yaxud araqla cövhərini hazırlayıb şüşə butulkalara doldurur, 2 həftə günəşin qabağında saxladıqdan sonra gündə 3–4 dəfə, hər dəfə 40 damcı götürməklə daxilə qəbul edir, bununla da mədə pozuntularını aradan qaldırırlar. Moldovada oduncaqlaşmış arakəsməsini götürüb 1:5 nisbətində sulu çıxarışını hazırlayıb, şəkər xəstəliyində istifadə edirlər. Bir sıra Avropa ölkələrinin xalq təbabətində qozun çiçəklərini yığıb, qurudur, toz halına salıb epilepsiyada, uşaqlıqda baş verən pozuntuların aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Qabığından hazırlanmış dəmləməsindən yaraların, şişlərin, raxit, zöhrəvi və s. xəstəliklərin, mazından isə babasil xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunur.

Qozun qurudulub narın hala salınıb hissəsindən cövhər, dəmləmə və maz hazırlayaraq bir sıra xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Məsələn yarpağından hazırlanan cövhərindən çay kimi daxilə qəbul edərək, maddələr mübadiləsinin yaxşılaşdırılmasında, zəifləmiş xəstələrin vəziyyətinin nizama salınmasında, baş beyində əmələ gələn aterosklerozun aradan qaldırılmasında daxilə qəbul edilir. Bunun üçün 1 çay qaşığı quru yarpağını 200 ml qaynanmış suda dəmləmək, soyuduqdan sonra süzüb hər gün 3–4 dəfə yarım stəkan həcmində daxilə qəbul etmək məsləhət görülür. Qoz yarpağının qankəsici xüsusiyyətləri qədim xalqlara çoxdan məlum olmuşdur. Bir sıra həkimlər qeyd edirlər ki, yarpağından hazırlanmış ekstraktan gündə 2–4 dəfə 50 ml xəstəyə verdikdə onda baş verən qanaxmalar tamamilə dayanmağa başlayacaqdır. Vərəm zamanı baş verən qanaxmaların, eləcə də bu cür xəstəliklərin qarşısını almaq üçün qozun çayından 2–3 ay qəbul etməyi məsləhət görürlər. Qozun qabıq və yarpağından hazırlanan çayların yaxşı qantə-mizləyici təsirə malik olması tibbi təcrübələrdə təsdiq olunmuşdur. Bundan başqa, qozun təzə yarpaqlarını irinli yaraların və çibanların üzərinə yapışdırıb müalicə edirlər. Həmçinin dəri üzərində əmələ gələn müxtəlif mənşəli yaraların müalicəsində yarpağından hazırlanan mazından da istifadə edirlər. Bunun üçün qozun quru yarpağının ovuntusundan 15–20 qram götürülür, ona 100 qram günəbaxan yağı qatılır. 7 gün qaranlıq yerdə saxlandıqdan sonra su hamamında 3 saat qaynadır, qaynamanı dayandıraraq soyudub iki dəfə süzdükdən sonra, yenidən su hamamında 30 dəqiqə qaynadır, daha sonra ona 15 q mum əlavə edilir və soyuyana qədər qarışdırılır.

Xalq təbabətində sarıca (xənəzir) və raxit xəstəliklərinin müalicəsində də qoz yarpağından geniş istifadə edilir. Qozun yetişməmiş meyvələrinin yaşıl qabığı C vitamini ilə çox zəngindir. Sütül meyvələri tərkibində olan C vitamininin miqdarına görə hətta limon, itburnu və qara qarağatdan da üstün-

dür. Odur ki, ondan C vitamini almaq və müəbbə bişirmək üçün istifadə olunur.

Qozun yetişməmiş meyvəsindən alınan askorbin turşusunun konsentratı tünd-qəhvəyi rəngdə olub qoz yarpağının ətrini verən, bir qədər də büzücü xassəli mayedir. Onun tərkibində 1–2 % askorbin turşusu, 1–3% tanin, 2,3–2,9% üzvi turşular, həmçinin dəmir, kükürd də olduğu qeyd edilir. Tərkibində 1,04% askorbin turşusu olan konsentrat xroniki mədə pozğunluğu olan uşaqlara verildikdə (gündə 12 ml ekstrakt) 2–3 gündən sonra yaxşılaşma müşahidə olunur.

Qozun yarpağından hazırlanan həlim dəri xəstəliklərinin (sızanaq, irinli yaralar, səpgi, dəmrov, ekzema) müalicəsində istifadə olunur. Bu məqsədlə 4–5 xörək qaşığı qoz yarpağı 0,5 litr suda 15 dəqiqə qaynadılır. Onu soyudaraq dərinin xəstə hissəsi yuyulur, isladılır və ya vanna edilir. Ağız-boğaz iltihabında, diş əti yumşaldıqda, yaxud diş tərpendikdə cövhərindən istifadə edərək ağız nahiyəsini yaxalayır.

Qozun ləpəsi və qabığı qədim dövrlərdən bəri xalq təbabətində özünəməxsus yer tapmışdır. Döyülmüş qoz ləpəsindən zəhər əleyhinə, onun əncirlə qarışığından isə həzmi yaxşılaşdırmaq üçün istifadə edilir. Üyüdülmüş qoz qabığı ən yaxşı qankəsici vasitə hesab edilir. Yandırılmış qoz qabığını isə yara və xoraların üzərinə səpərək onu müalicə edirlər. Dəyirmi və lentşəkilli qurdları qovub çıxarmaq üçün qoz ləpəsini səhər acqarına yemək lazımdır. Soliteri (yastı qurdu) qovmaq üçün isə 30–60 q qoz yağını şəraba qatıb qəbul etməyi məsləhət görürlər. Konyunktiv xəstəliyi zamanı hər gün gözə bir neçə damcı qoz yağı damızdırmaq kifayətdir. Bu yağ qulaq iltihabı zamanı da işlədilir.

Xəstələr üzərində aparılan klinik müşahidələrə əsasən müəyyən edilmişdir ki, qoz ləpəsi mədə sekresiyasına müsbət təsir göstərərək onu normaya şalır. Yüksək mədə turşuluğu olan xəstələr 50 qram ləpəni 10 gün müddətində qəbul edərsə turşuluq normaya düşər.

İngiltərədə qozun ləpəsindən şəkərli diabet və ateroskleroz, Çində isə böyrək daşı xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir. Bütün bunlarla yanaşı qoz ağacının yarpaqlarının buraxdığı etirli, efirli maddələr sağlam hava şəraiti yaradaraq mühüm müalicəvi əhəmiyyətə malikdir.

Təzə qoz yağı xora və müxtəlif dəri xəstəliklərinin sağalmasına kömək edir. Döyülmüş təzə qoz ləpəsi də bu xassəyə malikdir. Qozun qərzəyindən yuqlan preparatı hazırlanır. Bu preparatdan isə dəri xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunur.

Efir yağları və aşılayıcı maddələrlə zəngin olan etirli qoz yarpağından təbabətdə daha geniş istifadə olunur.

Qoz yarpağı həm də insektisid xüsusiyyətə malikdir. Qoz ağacı bitən ölkələrdə əhali xalı və xəz şeyləri güvədən qorumaq üçün onun yarpaq-

larından istifadə edirlər. Şimali Qafqazda keçmiş dövrlərdən qalmış bezi sərđabə və zirzəmilərdə qoz yarpağına da rast gəlinir. Onların oraya nə üçün qoyulduğunu dəqiq söyləmək isə çətindir. Çox ehtimal ki, sərđabədəki qiymətli parçaları güvədən qorumaq üçün belə etmişlər.

Ağcaqanad, mozalan, milçək və başqa həşəratlar həmişə qoz ağacından qaçır. Odur ki, qədim zamanlarda kəndlərin ətrafında, evlərin yaxınlığında qoz ağacı əkərmişlər. Amerikan fermerləri isə bu ağacı fermalarda və otlaplarda əkirlər. Yayın isti günlərində mal-qara bu ağacların altında həm günəşdən, həm də müxtəlif həşəratlardan qorunur.

Lakin qozdan ən çox yeyinti sənayesində, kulinariya və şirniyyat istehsalında istifadə olunur. Onu da qeyd etmək yerinə düşür ki, qozun yetişməmiş meyvələrində 2,5%-ə qədər C vitamini vardır. Bir ton qozdan alınan C vitamini 300 min adamın tələbatını ödəyə bilər.

Qoz yağından həmçinin, lak, sabun istehsalında da geniş istifadə olunur. Lak rəssamlıq işlərində rənglərin parlaqlığına, şəffahlığına səbəb olur. Həmin rəsmlərin rəngi min illər keçsə də dəyişmir.

Biz laboratoriyada onun yarpaq, qabıq və gövdə hissələrindən boyaq məhlulu hazırlayıb yun, ipək, pambıq və kapron məmulatların qəhvəyi, açıq-qəhvəyi, tünd-qəhvəyi, qəhvəyi-yaşıl, qəhvəyi-boz, qonur-qəhvəyi, qəhvəyi-qara, şabalıdı və s. rəng və çalarlara boyamağa nail olduq.

Qozun meyvə yanlığında (qabıq hissəsində) 20–25%, gövdəsinin tərkibində isə 40–45%-ə qədər tanin maddəsi vardır ki, bundan da gön-dəri sənayesində qliymətli aşılایıcı maddə kimi istifadə etmək olar. Qozdan alınan tanin gönü həm aşılایır həm də boyayır.

Qozun yarpaqlarından hazırlanan preparatlardan soyuqdəymə zamanı yaraların müalicəsində, büzüsdürücü və parazit əleyhinə vasitə kimi, həzm aparatının nizama salınmasında, maddələr mübadiləsinin normallaşmasında, qanda şəkərin normada saxlanılmasında, iştahanın yaxşılaşdırılmasında, qandamar sisteminin təmizlənməsində istifadə edilir. Bundan başqa qozun yarpağı ilə xənezir, ateroskleroz, qastritin, ishal, aybaşı pozuntuları, vitamin çatışmazlığı, raxit, dəri xəstəliklərini müalicə edirlər.

Yarpaqlar və yaşıl qərzəyindən hazırlanan ekstrakt boğazın qar-qara edilməsində, angınada, stomatitin, gingivit, diş toxumaları, parodontoz, kandidoz və s. xəstəliklərin müalicəsində də tətbiq olunur.

Yaşlı qadınlarda baş verən pozuntuları aradan qaldırmaq üçün 100 q quru yarpağı 1 litr qaynar suda dəmləyib gecəni saxlayın. Sonra pambığı həmin ekstraktla isladib tampon kimi ağrıyan yerə qoyun. Səhər tezdən tamponu götürəndən sonra ağrıyan nahiyəni kərə yağı ilə yağlayın.

Təzə qoz qabığından 1 kq götürüb ət məşinından keçirib 1 kq qunduz yağının üzərinə töküb yaxşı qarışdırın. Alınan mazi 4–5 saat su hamamında

qızdırın. Üzərinə 1 xörək qaşığı əhəngli xlor əlavə edin və rəngi təmizləndikdən sonra süzün.

Alınmış mazla irinli civzələri, dəri vərəmini, dəri gənəsini, çiban, ekzema, damar genişlənmələrini, podaqra və revmatizm ağrılarını müalicə edirlər. Yadda saxlamaq lazımdır ki, qozdan hazırlanan preparatların daxilə qəbul edilməsi qanda protrombinin artmasına səbəb olur. Bu preparatların ancaq qan durulaşdırıcı cökə çiçəyi, gəndəlaş, moruq kökü və atşabalıdı çiçəyinin qarışıqlarından hazırlanan ekstraktlar ilə birlikdə qəbul edilməsi məsləhət görürlür. Hemofiliyadan əziyyət çəkən xəstələrə mazın gözəl təsiri vardır, vərəm xəstəliyində, ürək əzələsinin soyuqdəymələrində qoz ləpəsini bal ilə qarışdırıb gündə 2 dəfə 1 xörək qaşığı həcmində qəbul etmək məsləhətdir. Mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarının, irin və tireotoksikozun yüngül formalarının müalicəsində 200 q arakəsmə pərdəsindən götürüb 1 litr 40 dərəcəli spirtin üzərinə töküüb ağzını möhkəm bağlayaraq 21 gün qaranlıq yerdə saxlayın, sonra gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı qəbul edin.

Həzm sistemi pozuntularında, böyrək, qara ciyər və s. xəstəliklərin müalicəsi məqsədilə yaşıl qoz meyvəsini iyul ayında toplayın, xırda hissələrə doğrayıb, şüşə balona doldurun, üzərinə şəkər tozu əlavə edərək qapağını möhkəm bağlayıb, 4 həftə günəşin qabağında saxlayın. Əmələ gəlmiş şirəni başqa bir şüşə qaba süzüb gündə 1 xörək qaşığı daxilə qəbul etmək lazımdır.

Cərrahiyyə zamanı müalicəsi mümkün olmayan xərçəng xəstəliyini müalicə etmək üçün. 200 q yetişməmiş qoz meyvəsini götürüb 1 litr adi neftin üzərinə töküüb 21 gün saxladıqdan sonra süzün, gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı daxilə qəbul edin. Təmiz neftin üzərinə 200 q yaşıl qozdan töküüb çıxarışını alın. Sonra süzüb gündə 1 damcı olmaqla 100 ml suya töküüb 45 gün 45 damcı daxilə qəbul edin. 7-ci günü sizdə bütün günü ponos baş verəcəkdir, bunlardan qorxmayın. Bu proses isə axşama yaxın normal vəziyyətə düşəcəkdir.

Qoz qabığından müalicəvi mazın hazırlanması. 200 q təzə qoz qabığından götürüb ət maşınından keçirin, 1 litr günəbaxan yağının içərisinə töküüb 4 həftə günün qabağında saxlayın. Sonra alınmış qatışığı süzün, 70 dərəcəyə qədər qızdırıb üzərinə 30 q həqiqi arı mumu əlavə edin, sonra 2 saat varnadə qızdırın. Süzüb isti halda butikalara doldurun. Alınmış mazdan uzun sürən trofik yaraların, irinli yara kəsiklərinin, dodaq çatlamalarının və s. müalicəsində yaxma şəklində istifadə edin.

Tozağacı — *Betulaceae* fəsiləsi
Əyilən tozağacı — *Betula pendula*

Qədim slavyan xalqları XV əsrə qədər yeni il bayramını qışda yanvar ayında deyil, yazda qeyd edirmişlər. Onlar yeni il bayramını küknar və şam

ağacının ətrafında yox, hər ilin mart ayında tozağacının ətrafında keçirərmişlər. Qədim əlyazmalarda qeyd edirlər ki, slavyan xalqı meşə, su və göy allahlrına dua edər, onlardan həmişə bol ruzi arzulayırmışlar. Slavyanlar ağ gövdəli tozağacının ətrafına toplanar, bu allahlara dua edə-edə oxuyar və şənlənərdilər. Başqa bir tarixi mənbədə deyilir ki, slavyanlar tozağacını qadın rəmzi kimi təsəvvür edib yaz aylarında onun ətrafına toplanır, toy və bayram mərasimlərini qeyd edərmişlər.

Dünya florası tərkibində tozağacı cinsinin 140-a qədər növü yayılmışdır. Qafqazda 7, o cümlədən, Azərbaycanda 5 növünə rast gəlmək olar (Mirzoyev, Fətəliyev, 1988; Mirzoyev 1998). Tozağacı növləri bütün Şimal yarımkürəsindən başlayaraq subtropik zonalara, oradan da Tundrayadək böyük bir ərazini əhatə edir.

Onun növlərinin əksəriyyəti saxtaya davamlı, torpağa qarşı az tələbkar, işıqsevən və kifayət qədər tezböyüyən ağaclardır.

Azərbaycanda tozağacı növlərinə başlıca olaraq Böyük və Kiçik Qafqazın yüksək dağ zonalarında rast gəlmək olar. Respublikamızın ərazisində rast gəlinən növlər əsasən Böyük Qafqazın şərq qurtaracağında, Şahdağ, Tufandağ, Diobar dağı ərazilərində geniş yayılmışdır.

Azərbaycanda yayılan tozağacı növlərinin içərisində ən əhəmiyyətli siyəyilən tozağacı hesab edilir.

Əyilən tozağacının — *Betula pendula* hündürlüyü 20–22 (26) m-ə qədər olur. Cavan ağaclarının qabığı ağ və hamar, yaşlı ağaclarının qabığı işə çapıq və çat-çatdır. Çətiri ovalşəkilli və sallaqdır, budaqları aşağıya sallanmış haldadır. Tumurcuqları düz, konusvari, sivri və parlaqdır, qonur rəngdədir. Yarpaqları növbəli, nazik, üçbucaqlı–rombşəkilli, 3,5–7 sm uzunluğunda və 2,5–5,5 sm enindədir, hər iki üzü hamardır. Çiçəkləri bircvli salxımvəri–sırğa formasındadır. Meyvəsi qanadvari fındıqçadır. Bitki mayyun aylarında çiçək açır. Meyvəsi avqust–sentyabr aylarında yetişir.

Tozağacının faydalı cəhətləri, o cümlədən, onun şirəsinin müalicəvi xüsusiyyətləri rus xalqına çox qədim zamanlardan məlum olmuşdur. 1934-cü ildə «Rus tibb qəzeti»ndə tozağacı şirəsi ilə suçiçəyinin müalicəsi haqqında geniş məlumatlar verilmişdir. 1894-cü ildə tozağacı şirəsinin diuret xüsusiyyətinə malik olduğu göstərildi. XX əsrin əvvəllərində tozağacı şirəsinin şiş xəstəliyinə tutulmuş insanlarda, sidiyin orqanizmdən kənar edilməsinə kömək etməsi haqqında məlumatlar verilirdi. XX əsrin 40-cı illərində yarpaqlardan hazırlanan cövhərlərin sidik və ödqovucu xüsusiyyətlərə malik olması təcrübə yolu ilə təsdiq olundu.

M.A.Nosal və Y.M.Nosal qeyd edirlər ki, tozağacının erkən: yazda toplanan cavan yarpaq və tumurcuqlarından hazırlanan preparatların köməyi ilə mədə yaralarını müalicə edirdilər. Həmin preparatların köməyi ilə böy-

rək xəstəliyi zamanı bədənə toplanan suyun kənar olunmasında, sidik kisəsi və dəri xəstəliklərində, eyni zamanda qurdsalıcı vasitə kimi işlətmislər.

Müasir tibb sahəsində tozağacının tumurcuğundan hazırlanan cövher və dəmləmələrindən sidikqovucu, ödqovucu və dezinfeksiyaedici vasitə kimi istifadə olunur. Ürək şişi mənşəli su yığınlarda səmərəli təsirə malikdir. Tənəffüs orqanlarında baş verən bronxit, traxeit, loringit (xirdək iltihabı) xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Yarpaqlarından hazırlanan cövher və dəmləmələrdən sidikqovucu, tərgətirici vasitə kimi daxilə qəbul edilir. Ürək çatışmamazlığı zamanı, bu preparatların köməyi ilə nəfəs alma asanlaşır, beləliklə xəstənin vəziyyəti yaxşılaşır. Tozağacı tumurcuğu nefrit (böyrəyin iltihabı), nevroz xəstəlikləri zamanı orqanizmdə A vitamininin normal qalmasına kömək edir. Yarpaqlarının cövheri xəstədə baş verən ağrıları aradan qaldırır, ürəkbulanma, qusma hallarının qarşısını alır, qaraciyərin ölçüsünü normada saxlayır, sidik və ödün ifrazını artırır. Tozağacının oduncağından hazırlanan qatrandan mikrob əleyhinə istifadə edilir. Bundan əlavə, qatrandan müalicə əhəmiyyətli müxtəlif mazlar və sabunlar hazırlanır.

Müalicə məqsədləri üçün tozağacının tumurcuğundan, təzə açılan yarpaq və çavan zoğlarından istifadə edilir.

Tumurcuğunun tərkibində 0,3% 5 oksid—7,4 dimetoksiflavon— $C_{17}N_{14}O_5$, 5,3% efir yağı, betulen— $C_{15}N_{22}O_{11}$, betulol— $C_{15}N_{24}O$, betulen turşusu— $C_{10}N_{16}O_4$ və s. maddələr aşkar edilmişdir. Yarpaqlarından isə 2,8% askorbin turşusu, 9%-ə qədər aşı maddəsi, hiperozid — $C_{20}N_{21}O_{12}$, 3,2% saponin, 0,04–0,8% efir yağı, 1,96–5,56%-ə qədər hiperozid, avikulyarin, rutin, 3-diqalaktozid miristein, flavonoid birləşmələri, vitamin C, karotin, 0,09% kumarin, alkaloid, suberin və s. aşkar edilmişdir. Qabığından efir yağı, triterpenoidlərdən (qabığa ağ rəng verən) betulinol, lupeol, olenol və ursol turşuları, fenolqlükozidlərdən: betulin, betulozid, rododendrin, qaulterin, 0,08% flavonoid, 3,3% katexin, fitosterin və s. tapılmışdır.

Yarpağının tərkibindən 5,22% kül, mq/q% oməqlə K-11,40, Ca-12,50, Mg-3,80, Fe-0,30 makroelementləri, mkq/q% oməqlə Mn-174,00, Cu-7,52, Zn-159, Co-0,16, Mo-1,44, Cr-0,56, Al-98,32, Ba-85,76, V-0,24, Se-0,29, Ni-5,28, Sr-11,70, Pb-47,20 mikroelementləri müəyyən edilmişdir. Tumurcuq hissəsindən isə 5,55% kül, mq/q oməqlə K-12,60, Ca-7,40, Mg-2,00, Fe-0,30 makroelementləri, mkq/q% oməqlə Mn-127,00, Cu-10,80, Zn-100,00, Co-0,72, Cr-0,56, Al-153,80, Ba-35,20, V-0,48, Se-0,70, Ni-5,84, Sr-7,52, Pb-1,36, B-19,60 mikroelementlərin olduğu aşkar edilmişdir.

Tozağacının gövdəsindən tərkibi bioloji aktiv maddələrlə zəngin şirə alınır. Şirəsini həyatverici qüvvə, şerabını «ağacın qanı» adlandırırlar. Bir ağacdən gün ərzində 2,5–13,5 litr şirə əldə olunur. Ən çox şirə verən fazasında isə 24–129 litr, nadir nüsxələrindən isə 425 litrə qədər tozağacı şirəsi əldə olunur. Şirəsindən orqanizmin möhkəmləndirilməsində, tonusun artırıl-

masında, həmçinin gözəl sərirləşdirici içkilər, sirop, sirkə, kvas, maya və s. istehsalında istifadə olunur. Çoxlu miqdarda mikroelementlər, vitaminlər, zülal, turşu, aşı və s. maddələrlə zəngin olan şirəsindən fiziki cəhətdən çox zəifləmiş xəstələrin orqanizminin möhkəmləndirilməsində, böyrəkdə olan daşların müalicəsində, ağciyər xəstəliklərində istifadə edilir. Xalq təbabətində tozağacının yarpaq, tumurcuq və cavan budaqlarından hazırlanan sulu və spirtli cövhəri eləcə də mazi sidıqovucu, tərgətirici vasitə kimi, həm də oynaq və toxumalarda baş verən pozuntuların və revmatizmin müalicəsində işlədilir. 1941–1945-ci illər müharibəsində əsgər və partizanlar tozağacının yarpaq və cavan budaqlarından hazırlanan içkilərdən istifadə edib sink və avitaminoz çatışmazlığını aradan qaldırmışlar.

Elmi təbabətdə tozağacının tumurcuqlarından hazırlanan preparatlardan ürək mənşəli şişmələrin, qaraciyər və öd yollarının müalicəsində işlədilir.

Tozağacından hazırlanan dəmləmə, cövhər və məlhəmlər böyrək və öd yolları, soyuqdəymə, həmçinin virus və parazit mənşəli xəstəliklərin sağaldılmasında tətbiq edilir. Tozağacının yarpaq və tumurcuqlarından hazırlanan qalen preparatlarından avitaminozun, müxtəlif şişlərin, aterosklerozun mədə və onikibarmaq bağırsaqlarda əmələ gələn yaraların, böyrək və sidik kisəsindəki xroniki vərəmin, böyrək daşlarının, bağırsaqların spazmalarının, eləcə də bronxit, laringit və traxei xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə edilir. Orta dərəcəli xolestıt (öd kisəsinin iltihabı) və turşuluğun artmasının qarşısının alınmasında tozağacı dəmləməsindən istifadə edilir.

Tozağacından müalicəvi preparatların hazırlanması.

Tozağacından dəmləmənin hazırlanması. 2 çay qaşığı tozağacı yarpağı götürüb 200 ml qaynar suda bir saat dəmlədikdən sonra, süzüb üzərinə bıçağın ucunda çay sodası əlavə edin. Alınmış cövhərdən gündə 3–4 dəfə yeməyə 10 dəqiqə qalmış 50 ml qəbul edin. Müalicə kursu 40 gündür.

Kəskin xolestitin, böyrək və öd kisəsi ağrılarının qarşısını almaq üçün. 0,5 litr araq və yaxud 96 dərəcəli spirti 1:1 nisbətində su ilə qarışdırıb 10 q tozağacı tumurcuğunun üzərinə töküüb, qabın ağzını möhkəm bağlayıb, 12 gün qaranlıq yerdə saxlayın. 13-cü günü süzüb səhər saat 8-dən axşam saat 8-ə qədər hər 3 saatdan bir xörək qaşığı həcmində yemək vaxtından asılı olmayaraq qəbul edin.

Böyrək və mədəaltı vəzinin müalicə edilməsi. 2 xörək qaşığı tozağacı yarpağı tozunu 1 xörək qaşığı gülümbahar çiçəyi və 1 xörək qaşığı solmazçiçək ilə qarışdırıb 1 litr qaynar suyun üzərinə tökün, gündə 3 dəfə yeməyə 10 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Xalq təbabətində oynaq və dəri damarlarında baş verən ağrıların qarşısını almaq üçün. Tozağacının toz halına salınmış tumurcuğundan 1 stəkan götürüb 0,5 kq qunduz yağının üzərinə töküüb qarışdırdıqdan sonra, qaba

boşaldın. Həmin qabı 7 gün müddətində gündə 3 saat olmaqla su vannasında zəif od üzərində qızdırın. Alınan qarışığı (mazı) isti-isti başqa bir şüşə qaba tökün. Alınmış mazdan dəridə baş verən müxtəlif ekzema, qaşınma və çibanların üzərinə az miqdarda yaxıb müalicə edin. Həmçinin dəri vərəmində, dəri damarlarının şişmələrində, dermatoz və dermatomizotların müalicəsində də geniş istifadə etmək məsləhət görülür.

Tozağacı qatranından hazırlanan 10–30%-li maz bir sıra parazit və göbələk mənşəli dəri xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir.

Tozağacı qətranının az faiz nisbətində bitki yağı ilə qarışığını qrip zamanı damcı şəklində buruna damızdırırlar.

Vərəm xəstəliyinin müalicəsi. Hazır mazdan 1 çay qaşığı götürüb 45–50° temperaturda qızdırılmış südlə qarışdırıb gündə 3 dəfə yeməkdən qabaq qəbul etmək olar. Tozağacının qatranı ilə də vərəm xəstəliyini müalicə etməyi məsləhət görürlər. Bunun üçün bir damcı qatranı 50 ml isti süddə həll edib bir həftə ərzində gündə 3 dəfə acqarına daxilə qəbul etmək lazımdır. 2-ci həftədə 2 damcı əlavə etməklə müalicəni davam etdirirlər. 2 həftə ara verdikdən sonra müalicə kursunu yenidən 6 ay davam etdirmək lazımdır. Qatran təmiz tozağacıdan hazırlananda heç bir zərərli təsir göstərmir.

Dəridə baş verən psoriasis, ekzema, dermatit və şişin müalicəsində. Üz üçün istifadə olunan kremi qatranla qarışdırıb xəstə dəriyə sürtürlər. Əgər ayaq nahiyəsində göbələk xəstəliyi varsa, bu zaman həmin nahiyələrinizi isti sodalı və yaxud qıtıqotu məhlulunda 10 dəqiqə saxlayın, sonra qurudaraq üzərinə bu mazdan sürtün. 1 xörək qaşığı paltar sabunu tozu götürüb qatranla yaxşı-yaxşı qarışdırın, sonra kətan parçaya yaxıb, dəridəki çiban və irinli yaraların üzərinə qoymaq məsləhət görülür. Uşaqlarda müşahidə olunan parazit qurdları tökmək üçün, göbək nahiyəsinə qatran sürtülmüş pambıq yapışqanlı lentlə yapışdırılır, 2 gün saxladıqdan sonra, qatranlı pambığı götürüb həmin nahiyəyə uşaq kremi çəkir və prosesi yenidən təkrar edirlər. Bu əməliyyatı 3 dəfə təkrar etmək məsləhət görülür. 3-cü əməliyyatdan sonra qurdlar tədricən tökülməyə başlayacaqdır. Hərgah uşağın qarını ağrıyarsa, onda ona neft iylətməyi məsləhət bilirlər. Bu əməliyyat zamanı uşaq ancaq şirin qida məhsulları yeməlidir. Uşağa sarımsaq, soğan və acımtıl yeməklərin verilməsi məsləhət deyildir.

Kəskin irinli bronxiti müalicə etmək üçün. Üzərində şişmiş halda olan tumurcuqlu cavan budaqlarından götürüb kiçik hissələrə doğrayın. Doğranmış xammaldan 2 xörək qaşığı götürüb 1 litr südün üzərinə əlavə edin, zəif od üzərinə qoyub südün həcmi 0,5 litrə çatana qədər qaynadın. Alınan süd konsentratından yarım stəkan götürüb içərisinə 1 çay qaşığı ayı yağı əlavə edib səhər və günorta 0,5 stəkan, axşamlar isə yatmadan əvvəl isti halda 1 stəkan qurtum-qurtum içmək məsləhət görülür (bizim şəraitdə ayı yağı əvəzinə keçi, qoyun və dana yağlarından da istifadə etmək olar).

Ayaq nahiyələrində baş verən kəskin ağrıları aradan qaldırmaq üçün, axşamlar yorğan örtüyünün içərisini təzə toplanmış tozağacı yarpaqları ilə doldurub, üstünüzə örtün. Bir az keçmiş siz ayaqlarınızın istiləşməyə başladığını hiss edəcəksiniz. Sonra bütün bədəniniz tərləyəcək. Onda yumşaq məhraba ilə yaxşı-yaxşı qurulanın və yeni alt paltarını geyinib yatın. Səhər duran zaman sizin ayaq nahiyələrinizdə ağrıdan heç bir nişanə qalmadığının şahidi olacaqsınız.

Qoltuq altında tər vəzisinin ifraz etdiyi xoşagəlməyən iyi aradan qaldırmaq üçün. 1 xörək qaşığı toz halına salınmış tozağacı yarpağından götürüb, 2 xörək qaşığı limon turşusu ilə qarışdırıb, 7 gün pambığa hopdurub qoltuq altına qoyub xoşagəlməz tər iyini aradan qaldıra bilərsiniz. Ətriyat səbəbində tozağacı qatranından qətranlı sabun istehsal edirlər. Yarpaqlarından müalicəvi süpürgələr hazırlanır, heyvandarlıqda yem kimi istifadə edilir.

Tozağacının yarpaq və tumurcuğundan dərman preparatlarının hazırlanma qaydaları.

Yarpaqlardan cövhərin hazırlanması. Doğranmış tozağacı yarpağından 2 çay qaşığı götürüb 200 ml qaynar suyun üzərinə töküüb 30 dəqiqə dəmləyir, sonra soyumuş ekstraktı süzüb, üzərinə bir çay qaşığı natrium karbonat əlavə edərək gündə 3–4 dəfə, 3–4 saat ara verməklə qəbul etmək məsləhət görülür.

Tumurcuqlardan dəmləmənin hazırlanması. Tumurcuqdan 10 q götürüb 200 ml suda 30 dəqiqə qaynadın, 10 dəqiqə soyutduqdan sonra tənziyədən süzüb gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Tumurcuqlardan ödqovucu və sidikqovucu cövhərin hazırlanması. Bunun üçün 1 hissə tumurcuq, 5 hissə (1:5) 90%-li spirtin ekstraktını hazırlayın, sonra gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı və yaxud xörək qaşığı qəbul edin.

Tumurcuqlarından cövhərin hazırlanması. Tumurcuqdan 10 q götürüb emal qaba tökün, üzərinə 200 ml qaynar su əlavə edin. Sonra qabın ağzını qapaqla örtüb su vannasında 15 dəqiqə qızdırın. Otaq temperaturunda 45 dəqiqə soyudun. Süzüb aldığınız məhlulu qaynayana qədər qızdırın. Alınan ekstraktı şüşə qaba töküüb soyuducuda saxlayın. Cövhərdən gündə 2–3 dəfə, hər dəfə stəkanın 1/2 və yaxud 1/3 hissəsi qədər içməklə sidikqovucu, ödqovucu vasitə kimi işlətmək, qara ciyər və öd yollarını müalicə etmək olar.

Ağ ciyər, bronxit, vərəm, eyni zamanda orqanizmin müqavimətini artırmaq üçün tozağacı şirəsindən gündə 2–3 dəfə yeməyə 15 dəqiqə qalmış 1 stəkan içmək məsləhət görülür.

Biz laboratoriya şəraitində ilk dəfə olaraq tozağacının tumurcuq, yarpaq və çiçəklərindən flavonoid-karotin tərkibli qida boyacağı almağa nail olduq. Tozağacının tumurcuq, çiçək və yarpağından alınan boyaq ekstraktı ilə yun və ipək məmulatlarını sarı, sarı-narıncı, narıncı, qızılı-sarı, yaşıl, qonur,

zeytunu, mavi-boz və s. rəng və çalarlara boyadıq. Tozağacından alınan təbii boyaqdan yeyinti və kosmetika sahəsində də geniş istifadə etmək olar.

Hələ çox qədim dövrlərdə qadınlar sifətlərində olan ləkə və civzələrin müalicəsi zamanı tozağacının şirəsinə toplayıb, onunla yuyunarmışlar. Cavan budaqlarından süpürgə düzəldib dəridə qan dövranının nizama salınmasında, ağrıların yox edilməsində buxarlı hamamlarda istifadə edirlər. Tozağacından alınan qatranlardan dəri xəstəliklərində, yaralarn, yanıqların müalicəsində istifadə edilir. Vişnevski məzının əsas tərkib hissələrindən birini də tozağacı qatranı təşkil edir. XVI–XVIII əsrlərdə otla müalicə edən həkimlər tozağacından hazırlanan cövhər və dəmləmələrlə bir sıra dəri xəstəliklərini məharətlə müalicə edərmişlər.

Müasir kosmetikada tozağacının tumurcuğundan hazırlanmış qatran və şirəsindən soyuqdəymədə, dəridə baş verən, qaşınma, qıcolmaların aradan qaldırılmasında, dəridə qan dövranının nizama salınmasında geniş istifadə edilir.

Xammalı tozağacının kəsildişi meşələrdən toplayırlar. Belə ki, qışda kəsilmiş tozağacının budaqlarını yaza qədər saxlayır, tumurcuqları yazda qoparıb şişməsi üçün günəşin altına serib qızdırır, qurutmaq üçün toplayıb döşəməyə sərir, toz halına salıb kağız kisələrə dolduraraq xüsusi anbarlarda saxlayır və yeri gəldikcə istifadə edirlər.

Xammalın saxlama müddəti 2 ilə qədərdir.

Boz qızılağac — *Alnus incana*

Dünya florasında qızılağacın 40-a qədər növü yayılmışdır. Bunlar ağac və iri kollardan ibarətdir. Qafqazda 4, o cümlədən Azərbaycanda 3 növünə rast gəlmək olar.

Təbabətdə və kosmetikada əsasən iki növü — boz qızılağac — *A. incana*, yapışqanlı və ya saqqallı qızılağac — *A. glutinosa*-dan istifadə edilir. Hər iki növ ağac formasındadır.

Saqqallı qızılağac girdə, kənarı diş-diş olan yarpaqlarının üstü parlaq tünd yaşıl, altı isə tutqun yaşıldır. Boz qızılağacın yarpaqları isə ellips şəklində olub, kənarı diş-diş, yaşımtil boz rəngdədir. Hər iki növ ağac yarpaqlamazdan əvvəl — yazın ilk ayında çiçək açır. Çiçəkləri bircinsli və birevlidir. Tac çiçəkləri 3–5 ədəd uzun sırğa şəklində, diş çiçəkləri isə 8–10 ədəd saplaqsız sünbüldə toplaşmışdır. Belə deyirlər ki, «Elə ki qızılağac çiçəklədi, demək yaz gəldi», «harada ki, qızılağac bitir orada bol ot olur». Doğrudan da bu ağacın yayıldığı sahələrdə bol yem olur. Şaxtaya davamlı bitki olan qızılağac qiymətli dərman, aşı, boyaq bitkisidir. Bitkinin qoz və hamaş meyvəsinin tərkibindən 25%-ə qədər aşı maddəsi, 3,7% qal turşusu, yarpaqlarının tərkibindən 23–25%-ə qədər aşı maddəsi, flavanoid maddələrindən

$C_{21}H_{20}O_{12}$ —hiperozid, kversitrin— $C_{21}H_{20}O_{11}$, miristrin fustin, qabıq hissəsindən 25–30% aşı maddəsi, taraksfrol— $C_{30}H_{58}O$, tarakseon— $C_{30}H_{48}O$ və s. maddələr tapılmışdır. Bundan başqa hamaş meyvəsinin tərkibindən 2,88% kül, mq/q 5,8-K, 5,0-Ca, 0,8-Mg, 0,2-Fe makroelementləri, mkq/q 56,10-Mn, 9,44-Cu, 18,60-Zn, 0,08-Mo, 1,68-Cr, 86,24-Al, 1,20-V, 0,13-Sc, 2,96-Ni, 12,00-Sr, 3,76-Pb, 57,20-B, 54,00-I mikroelementləri aşkar edilmişdir. Qızılağacın hamaş meyvələrinin bişmişi mədə-bağirsaq xəstəliklərində, ishala qarşı büzüşdürücü və dezinfeksiyaedici, qankəsici, dərman kimi işlədilir. Xammaldan tinktura, quru ekstrakt halında və həmçinin büzüşdürücü, qankəsici yığıntıların (çayların) tərkibində istifadə edilir. Elmi təbabətdə qızılağacın qoz və hamaş meyvəsindən sırga, qabıq və yarpaqlarından hazırlanan preparatlarından büzüşdürücü, qankəsici, mədə-bağirsaq xəstəliklərində, xüsusən də uşaqlarda baş verən ishala qarşı işlədilir.

Xalq təbabətində boz qızılağacın hamaş meyvəsindən alınan sulu və spirtli çıxarışdan büzüşdürücü və qankəsici vasitə kimi istifadə edilir. Elmi təbabətdə isə dəmləmələrindən enterit, dispepsiya (mədə fəaliyyətinin pozulması, enterokolit, dizenteriya, xroniki kolit) yoğun bağırsağın iltihabı və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Kliniki təcrübəyə əsasən qoz meyvəsindən alınan preparatlar mədə, onikibarmaq bağırsaqlarda əmələ gələn yaraların müalicəsində işlədilir. Yarpaq və qoz meyvəsinin ekstraktı poliartrit revmatizminin və soyuqdöymə zamanı baş verən pozuntuların müalicəsində tətbiq edilir. Yarpaqlarından hazırlanan vannada uzun müddət ayaq üstə gəzmə nəticəsində yorulmuş ayaqları yuduqda tezliklə yorğunluq aradan qalxır, insan özünü yaxşı hiss edir. Sulu ekstraktından burun və diş qanaxmalarının kəsilməsində işlədilir.

Təzə dərilmiş yarpaqlarını irinli yaraların, sifətdə əmələ gələn civzə və səpgilərin üzərinə plastr kimi qoyub müalicə edirlər.

Boz qızılağacın qoz meyvəsindən cövhərin hazırlanması.

Xammaldan 2 xörək qaşığı götürüb 200 ml qaynar suya tökün, qabın qapağını örtüb 15 dəqiqə su vannasında qızdırın. Otaq temperaturunda 45 dəqiqə soyutduqdan sonra başqa qaba süzüb, qaynama dərəcəsinə gətirin. Alınmış ekstraktıdan stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə qəbul edin.

Qızılağacın hamaş meyvəsindən alınan sulu dəmləməsindən kosmetika sahəsində, yanıqlar zamanı, bədənin hər hansı bir hissəsində əmələ gələn ağrıların aradan qaldırılmasında yaş sarğı kimi, dişlərin dibinin bərkidilməsində, dərinin müqavimətinin artırılmasında və s. istifadə edilir. Qızılağacdan hazırlanan məlhəm və cövhərlərdən dəri xəstəliklərində, başda tükün tökülməsinin qarşısının alınmasında istifadə edilir. Qızılağacın meyvələrini meşədə budama işləri aparın zaman toplamaq məsləhətdir. Meyvənin tərkibində su az olduğundan onu tez qurutmaq olur. Xammalın saxlama müddəti 3 ildir.

Fıstıq — *Fagaceae* fəsiləsi Palıd — *Quercus*

Palıd qiymətli dərman, aşı, boyaq, texniki, yem və bəzək bitkisidir. Dünya florasının tərkibində 600-ə qədər palıd növünə rast gəlmək olar. Azərbaycanda isə 12 növünə rast gəlinir, onun 3 növü mədəni hala keçirilərək yaşıllaşdırma məqsədilə geniş istifadə edilir. Respublikamızın ərazisində palıd növləri uzunömürlü olub, hündürlükləri 12–40 m-ə çatır. Palıd növləri ən çox Şimal yarımkürəsinin mülayim tropik zonalarında yayılmışdır. Ərazimizdə «şabalıdyarpaq palıd», «Şərq palıdı», «uzunsaplaq palıd», «kövrək palıd», «gürcü palıdı», «qızıl palıd» daha çox və geniş yayılmışdır.

Palıd növləri şiddətli şaxtaya, kəskin istilərə davamlı olduğu üçün Yer kürəsinin hər zonasında bitir.

Hələ çox qədim dövrlərdə xalq təbabətində palıdın müalicəvi əhəmiyyəti öyrənilmiş və onun köməyi ilə bir sıra xəstəliklər müalicə edilmişdir. Hazırda palıddan bir çox dərman preparatı hazırlanır. Dərman məqsədilə cavan palıd ağaclarının qol-budaqlarının qabıqlarından istifadə edilir. Yazın ilk ayında qabıq altında şirələrin axımının çoxalması zamanı xüsusi alət vasitəsilə qabıqları çevrə formasında kəşib, soyub çıxarır, günəşli havada qurudurlar. Qabığın tərkibində 2,5–25%-ə qədər aşı maddəsi vardır. Bu aşı maddəsindən qədimlərdə gön-dəri məmulatlarının aşılmasında geniş istifadə edilib. Palıd ağacının qabıqlarında dərman əhəmiyyətli əsas təsiredici aşı maddəsi olduğu hesab edilir. Bununla yanaşı qabıqlarda qall, ellat, katexin, qallokatexinqallat, pantoten turşusu, flavonoidlərdən — kversetin, kempferol, kversitrin, leykosianidin, vitaminlərdən B₁, B₂, B₆, C, PP və s. aşkar edilmişdir. Bundan əlavə qabığın tərkibindən 6,21% zol (kül), 1,40 mq%, Ca-23,00, Mg-0,6 Fe-0,20 makroelementləri, Mn-142,60, Cu-142,60, Zn-10,20, Cr-0,80, Al-116,08, Ba-537, 12, V-0,08, Se-0,04, Ni-1,84, Sr-212,00, Pb-3,04, B-74,80 və s. mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Palıdın gövdə, qabıq, çanaq, yarpaq və tullantıların tərkibində 15–18%-ə qədər aşı və flavonoid tərkibli boyaq maddəsi tapılmışdır. Palıddan alınan boyaq ekstraktından yun və ipək məmulatlarını boyamaq üçün qonur, açıq qəhvəyi, qonur-qəhvəyi, tünd-qəhvəyi, şabalıdı, bozumtul-qara, zeytunu, bozumtul-zeytunu, qaramtul-boz, yaşılı-bozumtul, yaşılı-qəhvəyi və s. rəng və çalarlar almağa nail olduq. Aparılan tədqiqatlar nəticəsində məlum olmuşdur ki, 1 inkişaf etmiş ağacdən 1,5–2 kq çanaq toplamaq olar. Boyaq maddəsi ən çox palıdın yarpaq və çanaq hissəsindən alınır. Hər il respublikamızın palıd bitən meşələrindən 100 tonlarla çanaq məhsulu toplamaq olar. Biz ilk dəfə olaraq çanaq hissədən boyaq məhlulu hazırlayıb yun ipi sarımtul-boz, bozumtul, bozumtul-qonur, qonurmtul-zeytunu, zeytunu, qonur, qo-

nurumtul, qonurumtul-yaşıl, yaşılımtıl, açıq qəhvəyi, tünd-qəhvəyi, şabalıdı-qara, qaramtıl və s. rəng və çalarlar boyamağa nail olduq.

Uzun müddət palıddan düzəldilmiş çənlərdə saxlanılan ağ, şəffaf konyak spirtinin rənginin getdikcə tündləşərək çayabənzer rəngə çevrilməsi, palıd ağacının oduncaq hissəsində 10–12%-ə qədər olan rəngləyici və aşı maddələrinin təsirləri nəticəsində əldə olunur. Palıdın cavan qabıqlarından tanin və tannalbin adlı dərman preparatları alınır. Həmin dərman maddələri mədə-bağırsaq xəstəliklərində, qarın nahiyəsində şiddətli ağrılar zamanı, dezinfeksiyaedici dərman kimi ishalə və dizenteriyaya qarşı istifadə olunur. Hələ eramızdan çox əvvəl xalq təbabətində palıdın qabığı, çanağı, yarpaqları dəmlənərək daxilə qəbul edilmiş və həmin xəstəliklərin qarşısı vaxtında alınmışdır.

Elmi təbabətdə palıd ağaclarının qabıqlarından sulu bişirmə formasında hazırlanmış preparat boğaz ağrılarında, diş ətinin iltihabında, stomatitlərdə, gingivitlərdə iltihabı aradan qaldırıcı, antiseptik və büzücü dərman vasitəsi kimi istifadə edilir. Bundan başqa ağır metal duzlarından (civə, qurğuşun və s.) zəhərlənmələrdə zəhər əleyhinə də işlədilir. Palıdın qurudulmuş qabığını, çanağını, qozasını çay kimi dəmləyərək bir çox xəstəliklərin müalicəsində (ağız boşluğunun iltihabında, xirdək, udlaq və diş ətinin iltihabında, stomatitdə və s.) qarqara kimi istifadə edirlər. Bu məqsədlə 10 qram qurudulmuş qabığı və ya yarpağını 200 ml suda dəmləyib qarqara etmək lazımdır. Palıd qabığı, qozası, yarpağı və çanağının yüksək konsentrasiyalı dəmləməsindən isə (20 q palıd qabığı, yaxud qozası 200 ml suya nisbətdə) dəri nahiyəsində baş vermiş yanıqları müalicə etmək üçün istifadə edilir. Bu məqsədlə dəmlənmiş ekstraktla tənzifi isladaraq yanmış nahiyəyə qoymaq lazımdır.

Aparılan kimyəvi analizlər zamanı müəyyən edilmişdir ki, palıd qozasının meyvəsində 6% pektin, 13–41% pentoza, şəkər, flabofen, 40%-ə qədər nişasta, zülal maddələri, 5% piyli yağ vardır. Məhz buna görə palıdın qozası iribuynuzlu mal-qara və ev donuzu üçün yüksək kalorili yem sayılır. Siloslaşdırılmış palıd qozası iribuynuzlu mal-qaranın südünü artırmaqla bərabər, onun keyfiyyətini də yaxşılaşdırır. Palıd qozasından hazırlanmış surroqat (saxta) qəhvə uşaqlarda uzun müddət sürən xroniki ishalin müalicəsində yaxşı nəticə verir. Qozadan alınmış quru ekstrakt diabetin (şəkər xəstəliyinin) müalicəsinə müsbət təsir göstərir. Ağır zəhərlənmələr zamanı qoz hissəsini çay kimi (30 q – 200 q suya nisbətdə) dəmləyərək düz bağırsaqdan imalə etmək çox yaxşı müalicəvi təsir göstərir. Palıd qabığının tərkibindəki aşı maddəsi zəhərlənmə verən maddələrlə birləşərək suda həll olmayan çöküntülər əmələ gətirir. Həmin çöküntülər qana sorulmayaraq çökür və tezliklə orqanizmdən xaric olur. Müxtəlif növ dəri iltihabında palıdın qurudulmuş qabıq və çanaq hissəsini dəmləyərək (bişirərək) tənzifi isladıb iltihab-

laşmış nahiyəyə qoyurlar. Hər 10–15 dəqiqədən bir tənzif isladılmalıdır. İltihab keçənə kimi bir neçə gün bunu təkrar etmək lazımdır. Palıd qabığının və ya çanaq hissəsinin dəmləməsi ilə qliserinin qarışığından (10 hissə dəmləmə, 1 hissə qliserin) tər əleyhinə istifadə edilir. Yəni bədənin tərləyən nahiyəsinə (əl, ayaq və s.) həmin qarışıqdan sürtdükdə tərləmənin qarşısını almaq mümkündür. Palıdın yarpağından duzlu xiyara və digər tərəvəzlərə ətirli və xoş tam vermək üçün ədviyyat kimi istifadə edilir.

15–20 illik palıd ağacından 20 kq-a qədər qoza və 500 q-a qədər çanaq tədarük etmək olar. Bir hektar sahədən 500 kq palıd qozası, 100 kq-a qədər çanaq məhsulu əldə olunur.

Hələ XVIII–XIX əsrdə palıdın «qall» hissəsindən dəmir duzunun iştirakı ilə qara mürəkkəb hazırlayıb yazı işlərində istifadə olunurdu. «Qallın» tərkibində 58–60%-ə qədər aşı maddəsi olduğundan bundan hazırlanan tannin ekstraktından gön-dəri sənayesində geniş istifadə edilir. Palıd yarpaqlarının havaya buraxdığı uçucu maddə tənqəfəslik və yuxusuzluğa tutulmuş xəstələrin müalicəsində geniş istifadə edilir. Bu məqsədlə «Aerofin» adlı müalicəvi preparat buraxılır. 1 hektar palıd ağacı bir gün ərzində 9 tona qədər CO₂ udur və 6,5 tona qədər oksigen buraxır. Palıdın buraxdığı uçucu ətirli maddələrin köməyi ilə insan orqanizmi üçün zərərli təsirə malik bakteriyalar məhv edilir.

Palıd ağacı ən yaxşı tikinti materialı hesab olunur. Ondən bir çox tikinti materialları hazırlamaqla yanaşı göz oxşayan əntiq mebel növləri hazırlanır. Palıd yağışa, qara, rütubətə olduqca davamlı xammaldır.

Qeyd etdiyimiz kimi palıdın qabıq, yarpaq və çanaq hissələrindən tibb sahəsində də geniş istifadə edilir. Bu məqsədlər üçün palıdın qabıq, cavan budaqlarını tədarük edib, doğrayıb qurudur və saxlayıb yeri gəldikcə preparatlar hazırlayıb müxtəlif xəstəlikləri müalicə edirlər.

Palıd möhkəm sağlamlıq, güc və uzunömürlülük simvolu hesab edilir. Qədim slavyan eləcə də bir sıra ölkələrin xalqları palıdı müqəddəs bir qüvvə sanmış, ona itaət etmiş, mahnılar qoşmuş, ondan çələnglər düzəldib, müharibədə, idmanda qalib gələnləri təltif edirmişlər.

Din xadimlərinin icazəsi olmadan bu nəhəng ağacı kəsmək və budaqlarını qırmaq olmazdı. Çox qədim dövrlərdə insanlar palıdın müalicəvi xüsusiyyətləri ilə tanış olduğdan sonra onun müxtəlif hissələrindən — qabıq, çanaq, yarpaq və s. hissələrindən dəmləmə və cövhərlər hazırlayıb islah, irinli yaraların ağız və dişlərdə baş verən qanaxmaların, soyuqdəymələrin müalicəsində geniş istifadə edirmişlər.

İshal, sidik dayanmamalarında, xroniki enterokolitdə, mədə yaralarında. 2 çay qaşığı doğranmış qabıq hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Angina, laringit, tonsillitlər zamanı. Bərabər miqdarda xırdalanmış palıd qabığına gülxətmi kökündən və qızılağacın qoz hissəsindən götürüb bir-birilə qarışdırın. Sonra 1 çay qaşığı götürüb 1 stəkan soyuq suya töküüb, 2 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktla boğaz nahiyəsini 5–6 dəfə qarqara edin.

Trixomonad kolpitdə, uşaqlıq yollarının eroziyasında. 1 xörək qaşığı doğranmış qabıq hissəsindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirin. 2 saat dəmləyin və süzün. Aldığınız ekstraktla xəstə nahiyənizi gündə 2 dəfə səhər və axşam yuyun.

Parodontoz və stomatit zamanı. 1 çay qaşığı xırdalanmış palıd qabığından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirin və 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktla ağız nahiyənizi gündə 3–4 dəfə yeməkdən sonra yaxalayın.

Babasil zamanı. 4 xörək qaşığı doğranmış qabıq hissəsindən götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün, 15 dəqiqə zəif od üzərində saxladıqdan sonra, 2 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı 37^o temperatura çatdırıb bankaya tökün. 15–20 dəqiqə oturaq halda vannasını qəbul edin.

Babasilin palıd «buzu» ilə müalicəsi. Bu üsul babasilin müalicəsində çox böyük köməklik göstərir. Bunun üçün 2 xörək qaşığı palıd qabığından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb qaynama dərəcəsinə gətirib 20 dəqiqə dəmləyin. Dəmləməni formaya salıb soyuducuya qoyub dondurun. Alınan palıd «buzundan» şam kimi gündə 1 dəfə istifadə edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Uşaqlıq boğazının eroziyası zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığını 0,5 litr qaynar suya töküüb qaynama dərəcəsinə gətirin və 3–4 dəqiqə bişirdikdən sonra götürüb 2 saat dəmləyin. Ekstraktıdan şırnaq üsulu ilə gündə iki dəfə səhər və axşam xəstə nahiyəni yuyun. Müalicə kursu 1–2 aydır.

Uşaqlarda əmələ gələn qasıq yırtıqlarının azaldılmasında (kiçildilməsi). 9%-li 1 stəkan sirkə turşusundan götürüb soyuq halda ehtiyatla uşağın qarın nahiyəsini silin. Bundan sonra palıd qabığından kompres formasında yırtığın üzərinə qoyub bağlayın. Bunun üçün 1 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığından götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya tökün və 10 dəqiqə bişirdikdən sonra 5 dəqiqə saxlayıb süzün. Tənzifdən hazırladığımız salfeti ekstrakta hopdurub azca sıxıb, xəstə nahiyəyə qoyub, bintlə sarıyın. Kompresi gündə 1–2 dəfə 20–30 dəqiqə edin. Müalicə kursu 3–4 həftədir.

Mədə-bağırsaq və kəskin aybaşı qanaxmalarının, xroniki enterokolitin müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığından götürüb, 2 stəkan qaynar suya tökün, odun üzərinə qoyub 15 dəqiqə bişirib süzün. Gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməkqabağı qəbul edin. Müalicə kursu 2 həftədən, ay yarımına qədər aparılmalıdır.

Xroniki, irinli yaraların, çətin sağalan kəsiklərin, ekzemanın, donurmanın və yanıqların müalicəsində. 1 stəkan quru doğranmış palıd qabığından götürün, 5 stəkan qaynar suya töküüb qaynama dərəcəsinə gətirin və 20 dəqiqə bişirdikdən sonra 40 dəqiqə dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktla tənziifi isladib xəstə nahiyənin üzərinə qoyub, bintlə sarıyın. Əməliyyatı 1 həftə gecələr aparın.

Dişlərin dibinin möhkəmləndirilməsində və laxlamanın qarşısının alınmasında. 1 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb su hamamına qoyun və 30 dəqiqə saxlayın. Sonra götürüb 10 dəqiqə dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 1–2 dəfə ağızınızı yaxalayıb dişlərinizi təmizləyin. Ekstraktı soyuducuda 2 gün saxlayıb istifadə edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Köməkçi vasitə kimi mədə və onikibarmaq bağırsaqda əmələ gələn yaraların müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, 10 dəqiqə bişirin və dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər götürüb 30 dəqiqə yeməyə qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10–14 gündür.

Xroniki kolit zamanı. Qıcırma və çürümə prosesini azaltmaq üçün doğranmış palıd qabığından, qızılağac və meşə gilasından götürüb qarışdırın. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb bir stəkan qaynar suya töküüb 10 dəqiqə qaynadın və dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Qida və göbələk zəhərlənmələrində. 2 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 30 dəqiqə qaynadın və 10 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktı stəkanın 1/2 hissəsi qədər götürüb bütün günü hər 2–3 saatdan bir qəbul edin.

Dizenteriya, xroniki entrokolit, mədə yaraları zamanı. 2 çay qaşığı doğranmış qabığından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb və qaynama dərəcəsinə gətirib 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Cövherdən 2 xörək qaşığı götürüb gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10–14 gündür.

Ayaq nahiyəsinin həddən artıq tərləməsi zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış qabıq hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərində 10 dəqiqə saxlayın. Sonra 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı vannaya töküüb yatmağa 1 saat qalmış 10–15 dəqiqə vannasını qəbul edin. Bundan başqa qabıq hissəsini kofeüyüdəndən keçirib toz halına salıb ayağınızın üzərinə, barmaqların arasına səpin və corabınızı geyinin.

Qovağa qarşı balzamin hazırlanması. 2 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığını eyni miqdarda çöl qatırquyuğu və yarpızla qarışdırın. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı 5 stəkan qaynar suya töküüb 20 dəqiqə bişirib süzün. Ekstrakt-

dan götürüb başınızı yumağa 15–20 dəqiqə qalmış başınızın dərisinə sürtün. Müalicə kursu 2–3 aydır.

Zəif, qurulan tüklər üçün balzam. Bərabər miqdarda palıd qabığı, söyüd, qurudulmuş kəklikotu götürün. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 15 dəqiqə bişirib yarım saat dəmləyib süzün. Ekstraktıdan təmiz başa həftədə 3–4 gün sürtün. Müalicə kursu 2–3 aydır.

Yağlı tüklərin yuyulması üçün. 3 xörək qaşığı doğranmış palıd qabığından götürüb 5 stəkan qaynar suya töküb 15 dəqiqə bişirin və 20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Saçınızı sabunla yuyub qurtardıqdan sonra cövhərlə başınızı yaxalayın. Müalicə kursu bir aydır.

Diqqət! Palıd qabığından hazırlanmış cövhər və dəmləmələrdən uşaqlara vermək məsləhət görülmür. Bundan başqa palıd preparatları bərkidici «büzüsdürücü» xüsusiyyətlərinə malik olduğundan müalicə dövründə çalışın çoxlu tərvəzdən, xüsusilə də kök və çuğundurdan istifadə edin.

Qarağac — *Ulmaceae* fəsiləsi

Qarağac — *Ulmus*

Dünya florasının tərkibində qarağac cinsinin 20-yə yaxın növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 8, o cümlədən Azərbaycanda 6 növünə (2 növü mədəni hala keçirilmişdir) təsadüf edilir.

Xalq təbabətində qarağacın müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında qiymətli məlumatlara rast gəlmək olar. Orta əsrlərdə Avropada ritçarlar qarağacdən nizə düzəldib döyüşlərdə istifadə edirdilər. Xalq təbabətində qarağacın yarpaq, qabıq və cavan budaqlarından istifadə edilir.

Qarağacdən alınan preparatlar antiseptik, soyuqdəymə, yarasığaldan, büzüşdürücü, qankəsici, sidikqovucu, ağrıkəsici xüsusiyyətlərə malikdir.

Qarağacdən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Revmatizm, qızdırma və şiş xəstəliklərində. 4 çay qaşığı doğranmış qarağac qabığından götürüb bir stəkan qaynar suya töküb, 15 dəqiqə su hamamında dəmləyin, sonra soyudub süzün. Alınmış dəmləmədən gündə 3–4 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Mədə, onikibarmaq bağırsaq, dizenteriya xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı təzə doğranmış qabığından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb, su hamamında 15 dəqiqə dəmləyin. Sonra soyudub, süzün və yenidən 0,5 litr həcminə gətirib gündə 4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Bağırsaq və böyrək ağrılarında. Qarağacın qabığını toz halına salıb, çay qaşığının 1/4 hissəsi qədər götürüb, gündə 2–3 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış azca su ilə qəbul edin.

Kəsik və gəcsağalan yaraların müalicəsində. Zədələnmiş nahiyənin üzərinə qarağacın təzə yarpaq və qabıq hissəsindən hazırlanmış yaxmanı

sürtüb, tənziflə sarıym. Əməliyyatı gündə 2 dəfə səhər və axşam təkrar edin.

Yanma, səpgi və çətin sağalan yaralarda. 2 xörək qaşığı təzə doğranmış qabığından götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün, buxarlanıb 2 dəfə azalana qədər zəif od üzərində saxlayın. Sonra süzüb xəstə nahiyələri yuyun və yaxud kopmres edin.

Stomatiit müalicəsində. 1 xörək qaşığı təzə doğranmış qabığından götürüb, 1 stəkan qaynadılmış suya töküüb 5–7 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış məhlul ilə gündə 3–4 dəfə ağızınızı yaxalayın.

Çiban, səpgi və çivzələrin müalicəsində. 300 q doğranmış qabığından götürüb 2 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərində 30 dəqiqə saxlayın. Bir saat saxladıqdan sonra süzüb 37° temperatürə çatdırıb vannasını düzəldin. Vannasını səhər və axşam günəşini qəbul edin. Müalicə kursu 12 gündür.

Tut — Moraceae fəsiləsi **Maklyura — Maclura ponifera**

Maklyura ağacının vətəni Şimali Amerika hesab olunur. Rusiyanın Avropa hissəsində, Qara dənizin Krım sahillərində, qaratorpaq vilayətində dekorativ, bəzək bitkisi kimi əkilib-becərilir. Azərbaycanda da park və xiyabanların, yol kənarlarının bəzədilib, yaşıllaşdırılmasında istifadə olunur.

Maklyuraya xalq arasında «çörək ağacı», «ayıl alması», «meymun alması» da deyirlər. Qollu-budaqlı, tut ağacına oxşayan maklyuranın uzunluğu 8–10 (bəzən 12–14) metr olur. Yarpaqları tut yarpağına oxşayır, tünd yaşıl rəngdədir. Çiçəkləri dörd yarpaq şəklində olub bir kasacıqda yerləşir.

Meyvələrinin üst hissəsi ayrı-ayrı kolbacıq şəkilli, bir-birinə çıx bərkimiş hissələrdən ibarətdir, azacıq bərk, heyva şəkilli meyvəyə oxşar yumruqlar əmələ gətirir. Maklyura meyvəsinin daxili böyrək şəkillidir, ətli hissəsində cərgə ilə düzülmiş dənələri olur. Kəsildikdə ağ rəngdə süd kimi qatranlı maye çıxır. Sentyabr və oktyabr ayında yetişən meyvələrindən dərman məqsədi ilə istifadə edilir. Meyvələrinin tərkibində 0,01% alkaloidlər, 0,2% qlükozid, morin, rutin, kversetin tərkibli flavonoidlər, şəkər, pekten, zülal, 5,16% piyli maddə, 16,6% qatranlı maddələr, 0,44% üzvi turşular, 37–45 mq% C vitamini, yarpağında isə 90,6–99,9 mq% C vitamini aşkar edilmişdir. Podaqra, duz xəstəliklərində, sümük-revmatizm ağrılarında, ankelezlərdə, ağrıyan nahiyələrin müalicəsində maklyuradan hazırlanan məlhəmdən istifadə etməyi məsləhət görürlər. Bunun üçün 1 kq meyvəni xırda hissələrə bölüb, üzərinə 0,5 litr etil spirti, 0,5 litr günəbaxan, yaxud zeytun yağı tökürlər. Meyvəni ət maşınından keçirib, üzərinə etil və bitki yağı əlavə edərək 7–10 gün otaq temperaturunda saxlayır, ağrıyan nahiyələrə yaxma şəklində sürtürlər. Xalq təbabətində qurudulmuş meyvələrindən çay kimi

dəmləyib hipertoniya xəstəliyində içirlər. Təzə dərilmiş meyvələrinin şirəsindən kərə yağında məlhəm hazırlayıb, müxtəlif dəri xəstəliklərinin, xüsusən də irinli yaraların müalicəsində istifadə edirlər. Bəzi mənbələrdə qeyd edilir ki, maklyura meyvəsindən hazırlanan məlhəmlər yaman şişlərin müalicəsində yaxşı təsir göstərir. Bu ağacın şirəsinin, meyvəsinin, toxumlarının acımtıl dada malik olmasına baxmayaraq, bəzi hallarda ondan qida kimi də istifadə edirlər.

Gic itkən — *Urticaceae* fəsiləsi **İkievli gic itkən — *Urtica dioica***

Çox qədim dövlərdə insanlar gic itkənin müalicəvi xüsusiyyətləri ilə tanış idilər.

Dioskorid və Hippokrat gic itkən bitkisinin sirlı müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında maraqlı məlumatlar vermişlər. Tərkibindəki zəngin qidalı maddələr, əhəmiyyətli mineral duzlarla və həyat üçün vacib sayılan vitamin çoxluğu ilə fərqlənən gic itkən bir sıra qabaqcıl ölkələrin alimlərini çoxdandır ki, özünə cəlb etmişdir.

Dünya florasının tərkibində gic itkən cinsinin 50-yə qədər növü yayılmışdır. Ən çox Yer kürəsinin mülayim iqlim zonalarında rast gəlinir. Bu cinsin Qafqazda, o cümlədən, Azərbaycanda 3 növü yayılmışdır.

Urtica — latınca «yandırmaq», «dalamaq» mənasını bildirir. Gic itkənin yarpaq və gövdələrinin üstü silisium və qarışqa turşusu ilə dolu sıx tükcüklərlə əhatə olunmuşdur. Bu tükcüklərin ucu iti və kövrəkdir. Bitkiyə toxunduqda ani halda tükcüklərdən bir neçəsi dərinin toxumasına batır və ucları çox asanlıqla qırılır. Elə bu vaxt silisium və qarışqa turşusunun qarışığından ibarət çox kəskin yandırıcı və dalayıcı xüsusiyyətə malik maye dərinin içərisinə daxil olur.

Respublikamızda ən geniş yayılan növü dalayan gic itkəndir. Buna ikievli gic itkən də deyilir. Gic itkənin bu növü «gəzən» adı ilə tanınır.

Gic itkən, demək olar ki, Azərbaycanın bütün zonalarında yayılmışdır. Respublikamızın dağ-meşə rayonlarında onun sənaye əhəmiyyətli ehtyatı vardır. Qiymətli növü ikievli gic itkəndir.

İkievli gic itkən (buna iri gic itkən də deyirlər) — *U. dioica* hündürlüyü 100–150 sm olan çoxillik ot bitkisidir. Şaxəli köklər, dördillik yerüstü gövdəsinin budaqlanması, qarşı-qarşıya düzülmüş tünd-yaşıl yarpaqlardan ibarət olması bu bitki üçün səciyyəvi əlamətdir. Yaşıl rəngli xırda çiçəkləri isə budaqlarının qoltuğunda sünbül çiçək qrupunda toplanmışdır. İyün ayından başlayaraq, sentyabra kimi çiçəkləyir. Meyvəsi qutucuqdur.

Gic itkən qiymətli dərman bitkisidir. İstər xarici ölkələrdə, istərsə də respublikamızda gic itkən dərman bitkisi kimi işlədilir. Polşa xalq təbabətin-

də ondan qankəsici kimi, qara ciyər xəstəliklərində, oynaqlarda baş verən revmatizm əleyhinə və başda tükün tökülməsinə qarşı geniş istifadə olunur. Bolqarıstan və Almaniyada qanazlığına, ateroskleroza, əzələ və oynaq revmatizminə, suçiçəyinə, böyrək və sidik kisəsi soyuqdəymələrinə, qara ciyər, öd kisəsi, mədə-bağırsaq spazmalarına, həmçinin, babasil, dəridə baş verən göbək və s. xəstəliklərə qarşı müvəffəqiyyətlə istifadə edilir. Fransada uzunsürən kəskin xroniki bağırsaq iltihabında, eləcə də vərəm, dizenteriya və s. xəstəliklərin müalicəsində işlədilir.

Cavan gicitkən yarpaqlarından alınan şirədən öd yollarında əmələ gələn daşların əridilməsində, eləcə də qara ciyərin soyuqlamasında və iflicə qarşı istifadə olunur.

Kökündən və toxumlarından hazırlanmış cövhərin şəkərlə qarışığı böyrək və öd yollarında çoxdan kök salıb bərkimiş daşların əridilməsinə kömək edir. Həvəngdəstədə döyülüb əzilmiş gicitkəndən oynaqlarda və eləcə də əzələlərdə əmələ gələn revmatizm və radikulitə qarşı yapışdırıcı məlhəm kimi istifadə edilir. Gicitkəndən hazırlanan preparatlardan uşaqlıqda və babasil xəstəliklərində baş verən qanaxmalarda, mədə yaralarında, vitamin çatışmazlığında geniş istifadə olunur. Bu xəstəliklərin sağalmasına kömək edən onun tərkibində olan C, K vitaminləri, karotin və xlorofil birləşmələridir. K vitamini qankəsicidir. Xlorofil orqanizmin həyat fəaliyyətini gücləndirir, maddələr mübadiləsini yüksəldir, uşaqlığın tonusunu artırır, mədə-bağırsaq, ürək-damar sistemlərinin normal işləməsinə şərait yaradır. Orqanizmin yeni toxumalarla təmin olunmasında və eləcə də toxuma pozuntularının qarşısını almaqda böyük rol oynayır. Bir sözlə, xlorofil orqanizmdə baş verən normal həyat fəaliyyətinin nizamlanmasında əsas rol oynayır.

Gicitkən sanki vitamin fabrikidir. Onun yarpaqları C vitamini ilə zəngindir. Tərkibindəki C vitamininin miqdarı qarağat, kartof, kök və əvəlikdəkindən çoxdur. Yarpaqlarının tərkibində B və B₂ vitaminləri də vardır. Oduq ki, respublikamızın bir çox rayonlarında bitkinin təzə, tünd-yaşıl yarpaqları azca ovulub duzla yeyilir. Ondan kükü və müxtəlif xörəklər bişirilir. Bitkinin cavan yarpaq və zoğuna soğan, istiot, keşniş, qoz, yağ və azca sirkə əlavə edilərək xəmir xörəklərinə qatılır. Azərbaycanın bir çox rayonlarında gicitkənin yarpaqlarını qurudur, ona azca şəkər qatıb saxlayır və yeri gəldikcə ədviyyə kimi istifadə edirlər. Bundan əlavə, gicitkəndən kətə, salat, göyərti şorbası, püre və s. hazırlanmasında istifadə edilir. Cavan zoğ və yarpaqlarını duza qoyurlar. Cavan yarpaq və gövdəsini doğrayıb kölgəli yerdə qurudurlar. Şoraba tutduqda, ərیشtə, kükü bişirdikdə ədviyyat qatqısı kimi işlədilir. Qanı az olan adamlara təzə gicitkən yemək məsləhət görülür.

Gicitkən həm də qiymətli yem bitkisidir. Belə ki, onun qarğıdalı, sorqo, çovdar, vələmir, çuğundur, kartof müxtəlif yem əhəmiyyətli otlarla birlikdə hazırlanmış silosu yüksək keyfiyyətli olur.

Gicitkən bitkisi qidalılığına görə paxlalı bitkilərdən heç də geri qalmır. Gicitkənin tərkibindən 20,8% protein, 2,5% yağ, 18% sellüloz, 30,7% tərkibində azot olmayan şirə, 16,6 mq% kalium, kalsium və dəmir tərkibli makroelementlər, 50 mq%-ə qədər karotinoid və s. maddələr tapılmışdır. Yaşıl yarpaqlarının tərkibində 2,5–5%-ə qədər xlorofil maddəsi vardır. Gicitkən qiymətli texniki bitki sayılır. Gövdəsinin tərkibindən lif istehsal etmək üçün çoxlu sellüloz maddəsi aşkar edilmişdir. Yarpaqlarının tərkibində K vitamini, urtisin qlikozidi, aşı və zülal maddələri, qarışqa və askorbin turşusu, $C_{17}H_{20}O_6N_4$ —vitamini, pantoten turşusu, protoporfirin— $C_{34}H_{34}O_4N_4$, koproporfirin— $C_{36}H_{38}O_8N_4$ və bir sıra karotinoid tapılmışdır. Bundan əlavə, tərkibində 5%-ə qədər xloroil maddəsi, 1,96%-ə qədər 3–0 qlikozid və 3–0 rutinoid-kversetin, kempferol və izoramnetin flavonoidləri, 10%-ə qədər nişasta və s. maddələr də vardır.

Yaşıl yarpaqlarının tərkibindən 14,40% kül maddəsi, mq/q% 34,20-K, 37-40-Ca, 6,00-Mg, 0,3-Fe makroelementləri, mkq/q%-lə 0,31-Mn, 0,80-Si, 0,50-Zn, 0,13-Co, 248,00-Mo, 0,06-Cr, 0,11-Al, 16,64-Ba, 10,50-Se, 0,12-Ni, 1,15-Sr, 0,06-Pb və s. mikroelementləri tapılmışdır.

Gicitkənin müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında ilk maraqlı məlumatı İbn Sina vermişdir. Dahi təbib doğranıb nazik toz halına salınmış gicitkənlə burun qanaxmalarının kəsilməsində istifadə etmişdir. Toxumundan alınmış cövhərlərdən astma, hava çatışmamazlığı və plevritin müalicəsində işlədilir. Gicitkəndən ağ ciyər, öskürək, uşaqlıq qanaxmalarında istifadə edilmişdir.

Şirəsinə şəkər qatışdırıb öskürək əleyhinə əla müalicəvi vasitə kimi istifadə olunmuşdur.

Gicitkənin yarpaqlarından alınmış təzə şirəsindən, dəmləməsindən bir sıra xəstəlikləri müalicə edirlər. Həmçinin şəkər əleyhinə də işlədilir.

Meşə açıqlıqlarında (talalarda), bağ və bağça çəpərlərinin kənarlarında, günəş döyən sahələrdə tər, incə gicitkən cücərtilərinə rast gəlmək olar. Gicitkəni çiçək açan dövründə toplayırlar. Erkən yazda özünü «canlı» vitaminlərlə təmin edə bilərsiniz. Həmin vaxt gicitkənin yarpaqları zəngin C vitamininə malik olur. Yarpaqlarında vitaminin miqdarı qarağatdakından 2 dəfə, karotinin miqdarı kökdəkindən, K vitamini isə ispanaq və kələmdəkindən artıqdır. Xalq təbabətində gicitkəndən lap qədim zamanlardan istifadə edirlər.

Gicitkəndən hazırlanan preparatlar polivitamin, tonusartırıcı, qankəsi-ci, yarasəğaldıcı, antiseptik, südartırıcı, sidikqovucu, işlədici, bəlgəmgətirici, şiş əleyhinə işlədilir.

Gicitkənin yarpaq və kökündən müalicə preparatlarını hazırlamaq üçün lazım olan xammal may–iyul aylarında, çiçəkləməsinin axırına yaxın toplamağı məsləhət görürlər. Çiçəyi solub başa çatdıqdan sonra, bitki öz faydalı xüsusiyyətlərinin yarısını itirir. Gicitkəndən hazırlanan preparatlardan

istifadə etməzdən əvvəl həkimlə məsləhət edin. Çünki qanının qatılığı yüksək olan, aterosklerozdan və hipertoniyaadan əziyyət çəkən xəstələrə gicitkəndən istifadə etməyi məsləhət görmürlər.

Yazda vitamin çatışmazlığına qarşı, cavan zoğlarından alınan şirədən 1 çay qaşığı götürüb yeməyə 20 dəqiqə qalmış gündə 3 dəfə için.

Vitaminli çayın hazırlanması. Gicitkən yarpağı, itburnu meyvəsi və qırmızı quşarmudundan bərabər miqdarda götürün. Doğrayıb narın hala saldıqdan sonra qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün. Bir saat dəmlədikdən sonra süzüb 0,5 stəkan həcmində gündə 2–3 dəfə qəbul edin.

Qızdırma (titrətmə) xəstəliyi aşağıdakı kimi müalicə olunur. Doğranmış gicitkən kökünə sarımsaq qatıb suda qaynadırlar. Alınmış cövhər xəstənin bədəninə sürtülür və gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı qəbul edilir.

Gicitkən toxumalarından hazırlanmış cövhər insan və heyvanlarda həvəsi artırır. Ondan hazırlanmış vanna isə məxmər xəstəliyinə, tərləmə əleyhinə və günəş istiliyi nəticəsində bədəndə əmələ gələn yanıqların müalicəsinə kömək edir.

Uşaqlıq və eləcə də kəskin aybaşı qanaxmalarında. Cavan zoğ və yarpaqlarından alınmış şirədən bir çay qaşığı həcmində stəkanın 1/4 hissəsi qədər suyun üzərinə töküüb yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış gündə 3 dəfə qəbul edin. Müalicə kursu 7 gündür.

Zahərlənmə zamanı baş verən qanaxmalarda. 3 xörək qaşığı təzə kök və zoğu 1 stəkan suya töküüb 1 saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin. Müalicə müddəti 2–3 gündür.

Damar revmatizmində. Bunun üçün təzə otundan götürüb ağrıyan nahiyənin üzərinə qoyub solana qədər saxlayın. Günəşırı bu əməliyyatı davam etdirin.

Tükün tökülməsinin və qovağın əmələ gəlməsinin qarşısının alınmasında. Başın dərisinə gicitkən şirəsi sürtün. Bu prosesi 3 aya qədər davam etdirin.

Revmatizm-poliartritdə. 1 xörək qaşığı quru gicitkən yarpağını 1 stəkan qaynar suya töküüb 1 saat dəmlədikdən sonra, süzüb yeməyə 20 dəqiqə qalmış gündə 3–4 dəfə bir xörək qaşığı qəbul edin.

Qızdırma və mədənin müalicəsində. Gicitkənin kök hissəsini bərabər miqdarda sarımsaqla qarışdırıb 1:5 nisbətində suya töküüb, 7 gün dəmləyib, süzün. Sonra aldığımız cövhəri ağrıyan nahiyəyə sürtün. Ağrı kəsənə qədər əməliyyatı davam etdirin. Bundan başqa cövhərdən bir xörək qaşığı qəbul edib qızdırmanın qarşısını ala bilərsiniz.

Yarpaqlarından cövhərin alınması. 1 xörək qaşığı quru, doğranmış yarpaqlarından 1 stəkan qaynar suya töküüb 10 dəqiqə qaynatdıqdan sonra

süzün. Aldığımız cövhərdən 1 xörək qaşığı götürüb gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış, qəbul etməklə vərəm və ağ ciyər qanaxmalarının qarşısını almaq olar.

Qarın köpü, dispepsiya (mədə fəaliyyətinin pozulması), mədə qanaxmalarında, bağırsaq, mədə spazmalarında, qəbizlikdə, babasil, xolesistit və s. xəstəliklərin müalicəsində. 1 xörək qaşığı quru doğranmış yarpağını götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, 20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığımız cövhərdən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Kəskin babasil zamanı. 4 q yaxşı yuyulmuş gicitkən yarpağı ilə mürdərçə qabığını 1 litr qaynar suya töküüb od üzərinə qoyun, 15–20 dəqiqə qaynatdıqdan sonra soyudub süzün. Aldığımız cövhərdən 1 stəkan səhər tezdən acqarına, axşamlar isə yeməkdən qabaq qəbul edin.

Damar ağrılarında. 1 xörək qaşığı quru doğranmış kök hissəsini 0,5 stəkan günəbaxan yağının üzərinə töküüb 30 dəqiqə qaynadın, sonra süzüb, ağrıyan nahiyəyə sürün.

Poduqra tutmalarında (oynaq xəstəliklərində). 20 q quru doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, 0,5 stəkan miqdarında gündə 3–4 dəfə qəbul edin. Bu xəstəlik zamanı gicitkən şirəsindən də istifadə etmək olar.

İflie zamanı. 5 q quru doğranmış yarpağı 1 stəkan qaynar suya töküüb 15–20 dəqiqə dəmləyin. Aldığımız cövhərdən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Qadın xəstəlikləri zamanı. Uşaqlıq tonusunun normal vəziyyətə gətirilməsində, süd verən analarda südüün miqdarının artırılmasında. 5 q quru doğranmış xammalı 1 stəkan qaynar suya töküüb 20 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. Gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Ekzema, dermatit yaraların, kəsiklərin və çibanların müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından 1 stəkan qaynar suya töküüb 15 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığımız cövhərdən 1 xörək qaşığı gündə 3 dəfə qəbul edin. Təzə alınmış şirəsindən isə yaraların, cərrahiyyə əməliyyatından sonrakı tikişlərin və kəsiklərin üzərinə sürüb onları sağaldırlar.

Qanın təmizlənməsində. Gicitkən yarpaqlarından dərib axar suda təmiz yuduqdan sonra tənzip və ya salfet kağızı ilə qurulayıb, ət maşınından keçirin. Alman şirədən 1 çay qaşığı həcmində götürüb 50 q südə və yaxud isti suya töküüb gündə 3 dəfə yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Gicitkən yarpaqlarından götürüb təmiz yuduqdan sonra, isti qaynar suda pörtləyib, ət maşınından keçirin, alınan sıyığı ikiqat tənzipdən süzün. Alman şirəni 1:3 nisbətində bal ilə qarışdırıb 3–5 dəqiqə qaynadın. Qarışıqdan 1 çay qaşığı gündə 3 dəfə qəbul edin.

Şəkərli diabetdə, fosfor və karbonatlı birləşmələrdən əmələ gələn daşların tökülməsində, eləcə də zəhərlənmə əleyhinə. 7 q quru doğranmış

yarpaqlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, 15–20 dəqiqə **dəmləyib** süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Bu üsulla anemiya xəstəliyini də müalicə etmək olar.

Dalaq və piylənməyə qarşı. 1 xörək qaşığı qurudulmuş yarpağı 1 stəkan qaynar suya tökün və 10 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı daxilə qəbul edin.

Baş tüklərini möhkəmləndirmək üçün. 2 xörək qaşığı qurudulmuş gicitkən yarpaqlarını eyni miqdarda ögeyana bitkisi ilə qarışdırıb 1 stəkan qaynar suya töküb dəmlədikdən sonra süzün. Bu cür hazırlanmış qatı cövhəri həftədə 1–2 dəfə tüklərin dibinə sürün.

Tükün tökülməsi zamanı. 100 q doğranmış gicitkən yarpaqlarını 0,5 litr suya töküb üzərinə 0,5 stəkan sirkə əlavə edin. Məhlulu 30 dəqiqə qaynadıb süzün. Aldığınız cövhərlə axşamlar yatmadan qabaq saçınızı sabun-suz yuyun.

Gicitkən qiymətli boyaq bitkisidir. Hələ XIX əsrin axırları və XX əsrin əvvəllərində gicitkənin yaşıl hissəsindən yaşıl boyaq «xlorofil» alınaraq, yeyinti və tibb sənayesində geniş istifadə edilmişdir. Biz isə birinci dəfə olaraq gicitkənin yaşıl yarpaqlarından və kök hissələrindən boyaq ekstraktı almışıq. Bu ekstraktla yunu yaşıl, yaşıl-qonur, yaşıl-qəhvəyi, yaşıl-boz, yaşıl-zeytunu, zeytunu-yaşıl, yaşıl-sarı, sarımtıl, sarımtıl-narıncı, narıncı və s. rəng və çalarlara boyadıq. Ümumiyyətlə 60-a qədər rəng və çalarlar almağa nail olduq.

İlk dəfə olaraq yeni texnologiya üsulları əsasında gicitkən yarpaqlarından yeyinti və spirtli içkilər sənayesində böyük ehtiyac hiss edilən qiymətli müalicəvi təsirə malik yaşıl rəngli boyaq maddəsi aldıq. Aldığımız yeni yaşıl rəngli boyaq maddəsi yeyinti məhsullarını boyamaqla yanaşı, onların tərkibini vitaminlərlə zənginləşdirir. Bu boyaq maddəsi diş pastalarının, kosmetika məhsullarının, tibb sənayesində dərman preparatlarının tərkiblərinə də daxil edilə bilər.

Hazırda kosmetika sahəsində gicitkəndən geniş istifadə edilir. Belə ki, ondan hazırlanan cövhər, dəmləmə və vannasından, krem və mazlarından dəridə baş verən xroniki yaraların, çibanların, qotur və ekzemaların müalicəsində istifadə olunur. Dəridə əmələ gələn düyün və qabarların üzərinə yaxılır, yaradan gələn üfunətli iylerin aradan qaldırılmasında dezinfeksiyaedici vasitə kimi işlədilir. Bundan əlavə toxumaların bərpa edilməsində, elastikliyin artırılmasında sıyığından işlədilir. Bir sıra xarici ölkələrdə yarpağından alınan şirəsindən tüklərin dibinin möhkəmləndirilməsində, qovağın təmizlənməsində, cövhərindən isə daşlaşmaya qarşı işlədilir. Ziyili də müalicə edirlər.

Bağamburc — *Loranthaceae* fəsiləsi
Bağamburc (həmişəcavan) — *Viscum album*

Bir çox xalqlar bağamburcu «quş kleyi» adlandırırlar. Quşlar bu bitkinin mərcan kimi parıldayan ağ rəngli şar formalı meyvələrini qış dövründə «rahat hulqum» kimi yeyirlər. Meyvəni yeyib qurtardıqdan sonra dimdiklərini ağacın budaqlarına sürtüb təmizləyən zaman toxumları budaqlara yapışib qalır və şərait yaranan kimi cücərib kollarını əmələ gətirirlər. Bəzi xalqlar bunu «cadugər süpürgə» də adlandırırlar. Qədim xalqlar bağamburca çox «hörmətlə» yanaşmışlar. İnsanlar belə güman edirdilər ki, bağamburc onları bir çox təbii fəlakətlərdən, cadugərlərdən, sehrbazlardan qoruyurmuş. Bağamburcun latınca — *Viscum album* L. adının mənası «viscosus» — omela, bağamburc, «quş kleyi» mənasını verir.

Bağamburcun meyvəsi yeməli deyil. Bitkinin yarpaq və budaqları güclü müalicəvi təsirə malikdir. Son vaxtlar tibb mütəxəssisləri bağamburcun müalicəvi xüsusiyyətlərini tədqiq edərək belə nəticəyə gəliblər ki, bitkidən hazırlanan preparatların köməyi ilə qankəsici, ağrıkəsici, soyuqdəymədə, qıcolmada, hipertoniya, podaqra, epilepsiya və müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Dünya florasının tərkibində *Viscum* cinsinin 60-a qədər növünə rast gəlmək olar. Qafqazda o cümlədən Azərbaycanda 1 növünə təsadüf edilir. Həmişəcavan «omeliya» — *Viscum album* — kiçik şarabənzər kolcuq olub hündürlüyü 50–70 sm-dir, sıx çəngəlvari budaqları oduncaqvari və qışlayan yarpaqlara malik bitkidir. Bitkinin bütün hissələri çılpaq sarımtıl-yaşıl rəngdədir. Yarpaqları qalın uzunsov və yaxud uzımsov ovalvaridir. Giləmeyvələri sarımtıl-ağ və yaxud sarımtıl olub 9–10 mm diametrindədir.

Həmişəcavan Azərbaycanın Samur–Dəvəçi düzənliklərində, Qobustanda, Böyük Qafqazın şərq, qərb ərazilərində, Kiçik Qafqazın işə mərkəz və cənub rayonlarında Lənkəranın dağlıq və düzən sahələrində, meşəliklərində yayılmışdır.

Həmişəyaşıl çox qədim zamanlardan müqəddəs bitki sayılmışdır. Qərbi Avropa xalqlarından Kelt milləti bu bitkiyə uzun müddət sitayiş etmişdir. Kelt xalqının kahinləri, elm xadimləri həmişəcavana «hörmətlə» yanaşmışlar. Bitki bu din xadimlərinə uzun müddət sirr olaraq qalmış, «sirləri» də get-gedə açılmağa başlamışdır. Onlar elmi əsaslarla, kimyəvi analizlərlə bitkinin tərkibini öyrənmiş və bitkinin bir sıra çətin sağalan xəstəliklərin şəfa-vericisi olduğunu çətinliklə də olsa müəyyən etmişlər. Dindarlar həmişəyaşıl bitkisinin budaqlarından dini mərasimlərdə kəşib qapıya, həyət divarlarına taxmış və bununla özlərini bədnəzərdən qoruyarmışlar. Keşişlər bu bitkini özlərindən başqa heç kimin istifadə etməsinə icazə verməzmişlər.

Dini mərasimlərdə ingilislər həmişəyaşılın budaqlarından, eləcə də yarpaqlarında öpər ondan özlərinə xoşbəxtlik diləyərmişlər. Cənubi Fransada təzə ilin birinci günlərində uşaqlar əllərində həmişəyaşılın çubuqlarını tutub ev-ev gəzərək dost-tanışlarını təbrik edirlər. Bağamburc yerlə göy arasında əlaqə yaratdığına görə bənzeri olmayan bu bitki sanki Allah tərəfindən Avropa xalqlarına hədiyyə göndərilmişdir. Avropa xalqları bitkini müxtəlif adlarla çağırırlar. Məsələn «cadugər süpürgə», «yuva cadugəri», «ot cadugəri», «xoşbəxtlik budağı», «ilahi ağacı», «qış göyərtisi», «mənasız kol», «keçi otu» və s. Rusiya xalqları bitkini «quş kleyi», «palıd giləmeyvəsi», «kəkilli yuva», «qasırga yaradan» bitki və s. adlarla çağırırlar. Bitkinin latınca adının mənası —«xoşbəxtlik gətirən», «kömək edən», «gözlərini zilləyib tamaşa edən» mənasını bildirir.

Qədim romalılar *viscum* sözünün mənasını meyvələrindən yapışqan almaq kimi işlədirlər. «Album»-in latınca mənası isə bitkinin çiçəklərinin «ağ rəngdə» olduğunu bildirir. Bağamburc Skandinaviya və İngiltərədən başqa, Cənubi və Orta Avropa ölkələrindən başlamış Qərbi İran və Şimali Asiyaya qədər gəlib çıxmışdır. İsveçrənin dağlıq zonalarının 1200 metr yüksəkliklərində bitkiyə təsadüf etmək olar. Bağamburc, əsasən ağacların yumşaq oduncağında özlərinə məskən salıb yaşayışlarını davam etdirirlər. Bunlar ən çox yarpaqlı bitkilərdən — alma, armud, albalı, çökə, qaymağacı, qovaq, tozağacı, iynəyarpaqlı bitkilərdən — şam, xüsusən də ən çox ağ şamın budaqlarında daha geniş yayılmışdır.

Bundan başqa bitkiyə palıd, küknar, göyrüş, fıstıq və s. ağaclarda da təsadüf edilir. Fındıq ağacında isə nadir hallarda rast gəlmək olar. Bağamburc ən çox su yaxınlığında bitən ağacların budaqlarında yaşamağı sevir. Mart–aprel aylarında ağacların budaqlarının üzərində bitkinin xırda (kiçik) ağımtıl-sarı çiçəklərini görmək olar. Noyabr–dekabr aylarında bitkinin ağ parlaq meyvələri əmələ gəlməyə başlayır. Bu giləmeyvə çox vaxt tək, nadir hallarda isə 2 ədəd olur. Giləmeyvə xaricdən yumşaq «selikli», «yapışqanla» əhatə olunur. Bağamburc «müdrük yaşa» — 70 ilə qədər yaşayır. Həmişəcavanın hər bir budağı bir ili göstərir. Yaşılı bağamburc ən çox ağacların ən yuxarı budaqlarında yaşamağa can atır. Onun kökləri yaşadığı ağacların budaqlarının çox dərinliklərinə ən çox isə şirə axan kanallara gedib çıxır.

Siz bağamburcu öz həyətəni bağ və bağçalarınızda da ekib-becərə bilərsiniz. Yapışqanla əhatə olunmuş giləmeyvəni alma, armud, xurma, tut, gavalı, ərik, alça və s. ağacların çatlamış qabıqlarının içərisinə qoyub buna nail ola bilərsiniz.

Əlverişi iqlim şəraitində bağamburc kök ataraq inkişaf edib yaşamağa başlayacaq. Bununla da siz öz bağımızda, sağlamlığınız naminə «müalicə eczaxanası» açmış olarsınız.

Bağamburcun yarpaqları dərini xatırlatdığından suyu az buxarlandırır. Bu vəziyyətdə o bütün qış dövründə bir ədəd də yarpaq itirmədən «yaza» çıxır. Bağamburc — xüsusi «ağıla» malik bitkidir. Onun toxumları gələcək bağamburcun əsasını qoyur. Belə ki, o külək vasitəsilə «gəzintiyə» çıxır, yapışqanla əhatə olunmuş giləmeyvələrini ağacların çatlarına yapışdırıb gələcək bağamburc bitkisinin başlanğıcını qoyur. Giləmeyvə onu əhatə edən yapışqanla qorunur. Giləmeyvələr bitki çılpqlaşan dövrdə partlayırlar. Yer üzəri qalın qarla örtüldüyündən ac quşlar kənardan bu «şam» kimi işıq saçıan «Şarıklər», kleylə əhatə olunmuş meyvələri görüb, acgözlüklə onları yeməyə başlayırlar. Bağamburcun yapışqanlı yalançı giləmeyvələri qaratoyuq quşlarının sevimli qidasıdır. Digər quşlar məsələn sığırcın, sərçə, qarğa, çobanalladan və s. quşlar bitkinin giləmeyvələrini o qədər də həvəslə yemirlər. Yalançı giləmeyvələri yeyən quşlar öz daxili orqanlarını bununla təmizləyirlər. Toxumlar quşların həzm orqanlarında həll olunmadığına görə kal (nəcis) vasitəsilə ağacların çatlamış budaq, oduncaq və qabıq hissələrinə asanlıqla yapışaraq, şərait yaranan kimi cücərməyə başlayırlar. Yeni çüçərən həmişəyaşılın incə kök saçaqları ağacların qabıqlarının altına daxil olur, sonra onlarda sorucu tellər əmələ gəlir ki, bunlar da öz növbəsində oduncağın yumşaq toxumaları ilə daxilə, o cümlədən şirə kanalcıqlarına qədər gedib çıxaraq qidalanmağa başlayır və get-gedə inkişaf edərək iri yaşıl rəngli yarımkol formaya çevrilirlər. Bir ağac bitkisinin üzərində çoxlu miqdarda həmişəyaşıl bitkisi yaşayır. Həmişəcavan vegetativ, kök zoğları, toxumları vasitəsilə artırılıb çoxaldılır. Toxumunun cücərməsi üçün hökmən işıq lazım gəlir. Buna görə də həmişəcavan «çalışır» ki, yaşadığı ağacın ən hündür və daimi işıq düşən sahəsində özünə şərait yaradıb yaşamını davam etdirdsin və bütün yaşadığı illər boyu həmişə işıqla tam təmasda olur. Həmişəyaşıl bir ağac üzərində 70 ilə qədər ömür sürə bilir.

Orta əsrdə yaşamış «otların atası» adı ilə məşhur olan İlonim Bok yazırdı ki, həmişəcavanın cavan budaq və yarpaqlarından hazırlanan preparatların köməyi ilə bir sıra çətin sağalan xəstəlikləri məhərətlə müalicə edirdilər. Bundan başqa həmişəcavandan hazırlanan şirələrlə bir çox xəstəliklərin müalicəsi haqqında tarixi mənbələrdə rast gəlmək olar. Belə bir fikir irəli sürülür ki, həmişəcavandan hazırlanan preparatlar eczakar bir qüvvəyə malikdir. Belə ki, qədim yunan filosofu alimi və həkimi Hippokrat eramızdan (460–370) qabaq bitkidən alınan ekstrakt və şirələrlə epilepsiya və başgicəllənmələrinin müalicə olunması haqqında xəbər verirdi. Maraqlı burasındadır

ki, orta əsrin tibb həkimləri həmişəcavandan alınan preparatların köməyi ilə epilepsiya və qıcolmanı məharətlə müalicə edirmişlər. Bitkinin tərkibi «ağıla sığmaz» dərəcədə bioloji aktiv maddələrlə zəngindir. Belə ki, bir sıra xarici alimlərin apardıqları kimyəvi analizlər zamanı elmə məlum olmuşdur ki, həmişəcavanın tərkibində — viskotoksin, diginin, xolin, asetilxolin, visçin, inozit, pridin, histamin, urzon, kversetin, qlikoprotidlər, roliretidlər, amin, olein, kofein turşuları, flavonoid maddələri, saponinlər, qatran, selik, zülal maddələri, giləmeyvəsindən — polisaxarid maddələri və s. aşkar edilmişdir. Ana təbiət sanki həmişəcavanı insanların üreyini müalicə etmək üçün yaratmışdır. Belə ki, həmişəcavan preparatlarından ürək-damar sisteminə, eləcə də qan dövranında baş verən qüsurların aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Həmişəcavanın tərkibindəki biokatalizatorlar damarlarda baş verən artıq gərginlikləri aradan qaldırır, damar divarlarını və ürək əzələlərini möhkəmləndirir, qantəzyiqini nizama salır. Qan təzyiqində baş verən anomal təzyiqlər, ürək döyüntüləri qaydaya düşür, baş gicəllənməsi, beyinə qansızma prosesləri aradan qalxır, yuxusuzluq, əsəbilik, gözdə baş verən nasazlıqlar normallaşır, kəskin aybaşı və doğumdan sonra baş verən qanaxmaların qarşısı alınır. Həmişəcavandan alınan preparatlardan mərkəzi əsəb sisteminin sakitləşdirilməsində, zəifləmiş xəstələrin sağaldılıb ayağa qaldırılmasında, soyuqdəymələrin qarşısının alınmasında, epilepsiya, qıcolmanın, ürək keçmənin, süstlüyün, qüsurlu uşaqların müalicəsində geniş istifadə edilir. Münhen şəhərində yaşayan prof. Vesterinin rəhbərliyi altında çalışan bir qrup tibb mütəxəssislərinin gərgin əməyi nəticəsində həmişəyaşılardan alınan preparatların köməyi ilə xərcəngin müalicəsinə nail olmuşlar. Xərcəngin müalicəsində əsas rol oynayan amillərdən biri bitkinin yüksək toksiki xüsusiyyətə malik olmasıdır. Bu proses xəncəng çöplərinə qarşı orqanizmin səfərbər olmasına gətirib çıxarır. Həmişəcavandan hazırlanan preparatlar orqanizmin hər hansı bir üzvünü zədələyən və onu ölüm sürükləyən xərcəng hüceyrələrinin inkişafının qarşısını alır və tədricən get-gedə xərcəng hüceyrələrini məhv edib, insanı bu qorxunc xəstəlikdən xilas edir. Prof.Vesterin bu təcrübəsinin nəticələrini bir çox tibb mütəxəssisləri də təsdiq etmişdir. Lakin tibb alimlərini belə bir sual dərindən düşündürür. Doğrudanmı həmişəcavandan hazırlanmış preparatlar xərcəng çöplərini məhv edib sıradan çıxardır və insanı bu «ölüm saçan» si-lahdan tamamilə azad edir? Hal-hazırkı dövrdə tibb mütəxəssisləri bu suala cavab tapa bilməyiblər.

Məşhur xalq təbabətçisi avstraliyalı Mariya Treben, Allah tərəfindən bəxş edilən «Sağlamlıq apteki» kitabında qeyd edir ki, həmişəcavandan alınan preparatların köməyi ilə bütün vəz sisteminə baş verən xəstəlikləri, nasazlıqları müvəffəqiyyətlə müalicə edir və maddələr mübadiləsini sistem-

leşdirir. Aparılan t dqiqlar nəticəsində tibb elminə məlum olmuşdur ki, h mif yaşıldan hazırlanan preparatların köməyilə uzun müddət f k r xəstəliyinə tutulmuş insanları müalicə etmək olar. Bitkinin preparatları ilə hormonal sistemlərdə bař verən nasazlıqlar aradan qalxır, skleroz saęalır, iflic aradan götürülür. Müalicə məqsədi  c n ancaq bitkinin cavan budaq v  yarpaqlarından istifadə edilir. Bitkinin yetifm miş meyvəsindən isə müalicə məqsədləri  c n istifadə edilmir.

Müalicə məqsədləri  c n ancaq bitkinin mart-aprel, payız vaxtlarında isə sentyabr-oktyabr aylarında, nadir halda isə dekabr ayında toplanan cavan budaq v  yarpaqlarından istifadə edilir. Sonrakı aylarda h mif cavan bitkisi  z m aslic vi təsirini itirir. Toplanmış xammalı tez bir zamanda xırda hissələrə sahb havası daimi d yiřil n, mehvuran, kölgəli yerlərdə sərib qurutmar məsləhət görülür. Qurudulmuş xammal nəmliyi sevm diyin  görə tund ř ř  bankalarda,  ini qablarda v  eləcə də taxtadan d z ldilmiř qablarda, aęızları möhkəm kip baęlanmış karton qutularda, taxta yeřiklərd  saxlamaq məsləhətdir. Xammalın qalma müddəti bir ildir.

Baęamburc bakterisid, soyuqdəymədə, aęrik sici, qankəsici, yarasaęaldıcı, sakitleřdirici, b z řd r c , iřlədici, sidikqovucu, s dqvucu, skleroz əleyhinə, orqanizmi möhkəmləndirici təsirə malik, təzyiqin ařaęı salınmasında, maddələr mübadiləsinin nizama salınmasında, damarların geniřləndirilməsində, ürək fəaliyyətinin nizama salınmasında, x r ng řiřlərinin sorulub aradan qaldırılmasında mühüm rol oynayır.

Dərman bitkilərinin bilicisi olan meřlur xalq təbabətçisi — Mariya Trebenin h mif cavandan hazırlanmış bir ne  müalicə preparatları ilə oxucuları tanıř etmək istərdik.

Ur k-damar xəstəliklərində. Bunun  c n h mif cavanın cavan budaq v  yarpaqlarından götürüb soyuq suda dəmləyin v  gündə 3 fincan yeməyə 20–30 dəqiqə qalmıř qurtum-qurtum qəbul edin. Heç bir gün ke m miř ürəyinizin aęrısı  kilk c k o h mif ki kimi normal vəziyyətdə iřl y c k.

İflicin müalicəsində. H mif cavandan hazırlanmış soyuq çaydan bir həftə gündə 3 fincan, 2-ci həftə gündə 2 fincan, 3-c  həftədə isə gündə 1 fincan içmək məsləhət görülür.

Həyəcanlanma, qorxu, təngnəfəslik, klimakteriya, ürək döyüntüləri, taxikardiya zamanı. H mif cavanın  ay v  dəmləmələrindən illərlə qəbul etmək məsləhətdir. Bu zaman canınızda olan bütün narahatlıqlar get-gedə aradan götürüləcək, qadınlar klimaxdan canlarını qurtaracaq,  zl rini rahat hiss edəcəklər. Bitkinin təzə řir si qadınlarda bař verən sonsuzluęu aradan qaldırır, kəskin aybařı qanaxmalarını dayandırır. Burun qanaxmalarında damcısından istifadə edilir.

Diabet, maddələr mübadiləsi pozuntularında bitkinin soyuq çayından 5–6 ay arasıqəilmədən qəbul etmək məsləhətdir. Əgər sizin hormonal sisteminiz normada deyilsə gündə azı 2 fincan soyuq çay qəbul etməlisiniz.

İstəyirsinizsə ürək-damar sisteminiz uzun müddət normal vəziyyətdə olsun, onda 6 ay müddətində gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul etmək məsləhət görülür.

Bağamburcdan soyuq çayı aşağıdakı qaydada hazırlayırlar. 1 çay qaşığı narın toz halına salınmış bitkidən götürüb 4 litr suya töküüb yaxşı-yaxşı qarışdırın. Sonra, süzüb termosə tökün. Alınmış soyuq çaydan istifadə edən zaman azca qızdırmağı məsləhət görürlər. Çaydan gündə 2 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul etmək məsləhət görülür.

Bağamburcdan şirənin hazırlanması. Bunun üçün təzə yarpaq və cavan budaqları soyuq su ilə yaxşı-yaxşı yuyub süzğəcdən keçirib şirəsini çıxardın. Alınmış şirədən gündə 25 damcı götürüb soyuq suya tökün və yeməyə 20 dəqiqə qalmış acqarına qəbul edin. Axsşamlar isə yatmağa az qalmış qəbul etmək məsləhətdir.

Həmişəcavandan hazırlanmış damcı və digər preparatları siz apteklərdən tapa bilərsiniz.

Təzə giləmeyvəsi zəhərli olduğuna görə ondan müalicə məqsədləri üçün istifadə etmirlər. Lakin onu soyuq donuz piyi ilə qarışdırıb şaxta vurmuş (don vurmuş) nahiyələrə sürtüb müalicə edə bilərsiniz. Həmişəcavandan toz da hazırlanır.

Astma və nevrozun müalicəsində. 1 çay qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və su hamamında 10 dəqiqə saxladıqdan sonra yarım saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə 2 xörək qaşığı yemək zamanı qəbul edin. Vəziyyətinizin yaxşılaşmasını 10 gün keçdikdən sonra hiss edəcəksiniz.

Hipertoniya, ürəyin fəaliyyətini yaxşılaşdırmaq üçün. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağını qaynar suya töküüb 10–12 saat dəmləyib süzün. Aldığınız cövhərdən stəkanın 1/5 hissəsi qədər gündə 3–4 dəfə qəbul edin. Müalicə kursu iki həftədir.

Ateroskleroz, klimakteri, nevroz, parez, yüngül iflic, nevrəliya, həmçinin ağır sürən xəstəlikdən sonra. 1 xörək qaşığı yarpağından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 10 gündür.

Orqanizmin yorulub zəifləməsi, baş gicəllənməsi, tonusun artırılması. 1 çay qaşığı doğranmış yarpağından götürün və 3 stəkan qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktıdan çay kimi gündə 2–3 dəfə

stəkanın 1/4 və yaxud 1/2-i qədər götürüb az miqdarda bal qatıb qəbul edin. Müalicə kursu bir aydır.

Çibənlərin, kəsiklərin, yara və babasilin müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və gövdəsindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktın xəstə olan nahiyələrinizi yuyun və yaxud oturaq halında vannasını qəbul edin.

Radikulit, artrit, əzələ ağrıları, əzik və sınıqlar zamanı. 5–6 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və budağından götürün və qaynadılmış suya töküüb zəif od üzərinə qoyun, 20 dəqiqə saxladıqdan sonra 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktın üzərinə qaynadılmış su əlavə edib 1 litr həcminə gətirin və kompres şəklində istifadə edin.

Damar ağrıları, istifadə olunan bağamburc mazının hazırlanması. 3 hissə xırda doğranmış bağamburc və 2 hissə təzə donuz piyindən götürüb 1,5 saat bişirib süzün. Sonra üzərinə 30 q mum və 8 q kamfora əlavə edib qzdırın (qaynatmayın). Hər gün səhər və axşam xəstə nahiyəyə çəkin.

Bağamburcdan müalicə məqsədləri üçün istifadə edən zaman ancaq meyvəli ağacların üzərində olan bağamburcdan istifadə etmək məsləhət görülür. İynə yarpaqlı və qovaq ağaclarında olan bağamburc tibbi nöqtəyindən əhəmiyyətli deyildir. Dərman məqsədləri üçün bağamburc ancaq payızın sonunda, günəş batmağa hazırlaşanda toplanmalıdır. Xammalı açıq havada qurudurlar.

Qırxbuğum — *Polygonaceae* fəsiləsi **Subibəri — *Polygonum hydropiper***

Qırxbuğum cinsinin dünya florasının tərkibində 300-ə qədər növü yayılmışdır. Cinsin növlərinə Yer kürəsinin hər yerində rast gəlmək olar. Qafqazda 40, o cümlədən də Azərbaycan florasının tərkibində 27-yə qədər növü yayılmışdır.

Subibəri — *P. hydropiper* çox da hündür olmayan birillik ot bitkisidir. Çiçəkləri xırda yaşımtil, bəzən çəhrayı rəngdə olub, salxımvari çiçək qrupunda toplanmışdır. Bu ən çox nemli çəmənliklərdə, kanal və arxların kənarlarında səpilərək yayılmışdır. Yarpaq və zoğları bibər kimi yandırıcı təməlidir.

Subibərinin cövhər və dəmləmələrindən dünyanın bir sıra xalqları revmatizm, müxtəlif növ qanaxmaların kəsilməsində, sidiyə gedə bilməkdə, sidik və cinsi yolların xəstəliklərində geniş istifadə edirlər.

Subibərdən (qırxbuğumdan) hazırlanan preparatlar antiseptik, soyuq-dəymə, yarasəğaldıcı, qankəsici, büzüşdürücü, sidikqovucu, ağrıkəsici vasitə kimi işlədilir.

Subibərindən (su qırxbuğumundan) müalicə preparatlarının hazırlanması.

Revmatizm, podaqra, duz yığılmalarında, həmçinin sidik kisəsi və böyrək daşlarının əridilməsində. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, su hamarının üzərinə qoyub 15 dəqiqə qızdırın və 1–2 saat saxlayıb süzün. Sonra qaynar su əlavə edib yenə 1 stəkan həcminə gətirib, gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Böyrək və ürək şişkinliklərində. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, qaynama dərəcəsinə gətirib 2 saat saxlayın və süzün. Dəmləmədən gündə 2 dəfə 0,5 stəkan yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicə kursu 3 həftədir.

Aybaşı, eləcə də uşaqlıq nahiyəsində baş verən qanaxmaların kəsilməsində. 1 xörək qaşığı otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün zəif od üzərinə qoyub 5–7 dəqiqə saxlayın və soyudub süzün. Cövhərdən gündə 5–6 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Bundan başqa subibərindən alınmış və apteklərdə satılan «subibəri ekstraktından» istifadə edə bilərsiniz. Bunun üçün ekstraktın 30–40 damcı götürüb yarım stəkan ilıq suya töküüb gündə 3–4 dəfə qəbul edin.

Babasil qanaxmalarında. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun 15 dəqiqə saxlayın və soyudub süzün. Ekstraktın gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməkdən sonra qəbul edin.

Bundan başqa babasil zamanı bitkinin vannasından da istifadə edə bilərsiniz. Bunun üçün kağız konvertlərə bükülmüş 50 q otundan götürüb 1 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərində 15–20 dəqiqə və 1 saat saxladıqdan sonra süzün. Aldığınız isti ekstraktın 15–20 dəqiqə vannasını qəbul edin. Əməliyyatı günəşin axşamlar, təkrar edin.

Stomatit, gingivit zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb termosə töküüb üzərinə 0,5 litr qaynar su əlavə edin. 1 saat saxlayıb süzün. Aldığınız dəmləmədən ağzınızı tez-tez yaxaylayın.

Diqqət! Subibərindən hazırlanan preparatlardan qanı qatı olanlar və yaxud tromba meyilli xəstələr, eləcə də böyrək və sidik yollarında soyuqlaması olan xəstələrin qəbul etmələri məsləhət görülmür.

Tərəçicəklilər — *Chenopodiaceae* fəsiləsi **Çuğundur — *Beta***

Kimdən soruşsanız çuğundur nədir? Cavab verəcəklər ki, çuğundur ləzzətli bors, vineqret, əla növ vitaminli salat, isti bürkülü günlərdə insanda tərəvətləndirici, sərینləşdirici və gümrəhləşdirici təsir oyadan kvas və s. de-

məkdir. Çuğundur aktiv maddələrlə zəngin qiymətli nadir bitki hesab edilir. Az tərəvəz bitikisi tapılar ki, çuğundur kimi tərkibindəki insan sağlamlığı üçün böyük əhəmiyyət kəsb edən faydalı maddə-lərini yaza qədər saxlasın. Çuğundur həmçinin sınaqdan çıxmış loğman bitki adlanır. İbn Sina öz əsərlərində qeyd edir ki, qədim romalılar, yunanlar çuğundur şirəsi ilə qanazlığını, qıvcırmanı müalicə edərmişlər. Müntəzəm surətdə çuğundurdan istifadə edən insanlar heç vaxt qan dövranlarından şikayət etməmişlər. Çuğundurun kökmeyvələrində, gövdə və yarpaqlarının tərkibində çoxlu miqdar şəkər, alma, quzuqulağı turşusu, C, B₁, B₂, PP vitaminləri, həmçinin yod, dəmir, natrium, maqnez, kalium və s. maddələr aşkar edilmişdir. Bitkinin gövdə və yarpaqlarının tərkibindən çoxlu miqdarda askorbin və foliev turşuları, nadir mikroelementlərdən mis, kobalt, litium və s. tapılmışdır ki, bu elementlərin sayəsində orqanizmə xarici mühit tərəfindən daxil olan radioaktiv və rentgen şuaları neytrallaşdırılır. Çuğundur fəal surətdə həzmi normallaşdırır. Hələ qədim zamanlarda bir sıra həkimlər ariq və xəstə olan uşaqlara bişirilmiş çuğundurun üzərinə zəncəfil tozu səpib verirdilər ki, onların iştahları artsın və çox qida qəbul etsinlər. Həkimlər qəbizlik, piylənmə, hipertoniya, qara ciyər və böyrək xəstəliyi olan xəstə-lərə məsləhət görürlər ki, həmişə qidalarına çuğundur qatsınlar. Qanı az olan insanlar çuğundur şirəsini, kök və turpdan alınan şirələrlə qarışdırıb qəbul etdikdə qan dövrəni yaxşılaşır və hemoqlobinin miqdarı artmağa başlayır. Çuğundurun tərkibində çoxlu miqdar yod olduğundan ondan yaşlı və halsız qocaların qəbul etmələri məsləhət görülür. Çuğundur yaşlı insanların beyin qan dövrəni yaxşılaşdırır, aterosklerozun və qan təzyiqinin aşağı düşməsinə səbəb olur.

Şəkər çuğundurundan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Maqnit seli zamanı əhval-ruhiyyənin yaxşılaşdırılması. Çuğunduru sıxıb şirəsini çıxardın. Stəkanın 1/2 hissəsi qədər götürüb, üzərinə stəkanın yarısı qədər bal əlavə edib üstünü bir neçə qatdan ibarət tənzi ilə və yaxud parça ilə örtüb soyuducuda 3 saat saxlayın. Sonra soyuducudan götürüb gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Bağirsaqların normal işləməməsi, qəbizlik, böyrək və qara ciyər xəstəliklərində. Orta böyüklükdə çuğunduru bişirib, iri deşikli süzgecdən keçirib, üzərinə 2 xörək qaşığı bitki yağı əlavə edib acqarına yeyin.

Qan azlığında və hemoqlobinin aşağı düşməsi zamanı. Stəkanın 3/4 hissəsi qədər çuğundur, kök, turp şirəsindən götürüb şüşə bankaya və yaxud gildən düzəldilmiş güvəcə ağzına qədər doldurun və xəmir ilə örtüb 80–100 dərəcə temperaturda olan duxovkanın içərisinə qoyub 3 saat qızdırın. Sonra götürüb əvvəlcədən sterilizə edilmiş butilkaya doldurub qapaqla bağlayın və soyuducuya qoyun. Sonra gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Uzun müddət sağalmayan yara və döyənəklərin müalicəsində. Sürtgəcdən keçirilmiş çuğunduru götürüb isidin və gündə 2–3 dəfə təpitmə formasında zədələnmiş nahiyələrə qoyun.

Dəri xəstəliklərində və səpgilərin müalicəsində. Dərinin zədələnmiş nahiyələrinə xırda doğranmış çuğundur yarpağını kompres şəklində qoymaq məsləhət görürlür.

Əl və ayaq nahiyələrində baş verən şişlərin müalicəsində. Təmizlənmiş kartof və çuğunduru süzğəcdən keçirib 1:1 nisbətində götürüb, hər 20 dəqiqədən bir kompres edin.

Halsızlığın və gücsüzlüyün aradan qaldırılmasında. Çuğunduru irideşikli süzğəcdən keçirib alınan kültəni ağzı iri şişə butulkaya doldurub üzərinə araç əlavə edin, 12 gün isti yerdə saxlayıb süzün. Sonra aldığımız cövhərdən gündə 3 dəfə yeməkqabağı qəbul edin.

Qulaq ağrılarındadır. Orta böyüklükdə 1 ədəd çiy çuğundur götürüb deşiyi kiçik olan süzğəcdən keçirib, üzərinə 1 stəkan su, 1 xörək qaşığı bal əlavə edib, orta dərəcədə yanan odun üzərinə qoyun, 15 dəqiqə qaynadın və götürüb azca soyudun. Aldığımız kütləni parçaya yaxıb üzərini tənziplə örtün, ağrıyan qulağın üzərinə qoyub, yun və ya isti şalla bağlayın. Əməliyyat müddəti 20 dəqiqədir.

Damar genişlənmələri zamanı. Baldırınıza təzə gicitkəndan düzəldilmiş süpürgə ilə bir neçə dəfə astaca vurduqdan sonra, təzə dərilməmiş çuğundur yarpaqlarına bal sürtüb xəstə nahiyələrinizə qoyub bağlayın və kompresi bütün gecəni saxlayın. Səhər tezdən açıb ilıq su ilə yuyub təmizləyin. Əməliyyatı bir neçə dəfə təkrar edin.

Kəskin öskürək zamanı. Səhər tezdən çuğunduru götürüb qabığını soyub, təmizləyin. Sonra özək hissəsini bıçaqla oyub çıxardın. Elə ki, şirəsi çıxdı isti duxovkaya qoyub qatı sirop alınana qədər saxlayın. Aldığınız qatı siropu bütün günü qəbul edin.

Fibromaların və kistaların aradan qaldırılmasında. Xırda deşikli sürtgəcdən keçirilmiş çuğundurdan 3 xörək qaşığı götürüb üstünə 1 xörək qaşığı may balı əlavə edib qarışdırın. Aldığımız qatışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb kələm yarpağının üzərinə sürtüb döş nahiyənizə qoyub bütün gecəni saxlayın. Müalicə kursunu döş nahiyənizdə olan şişlərin sorulub çəkilməsinə qədər davam etdirin. Müalicə kursu 1 həftədir, 1 həftə istirahət verməklə əməliyyatı davam etdirin.

Öd kisəsində olan daşların kənar edilməsində. 3 ədəd iri çuğundur doğrayıb üzərinə 2 stəkan su əlavə edib, zəif odun üzərinə qoyun və maye yarıya qədər buxarlanana kimi saxlayın. Sonra aldığımız dəmləmədən gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkqabağı qəbul edin. Müalicə kursunu 3 həftə davam etdirin. Müalicə kursunu ildə 4–5 dəfə təkrar edin.

Diqqət! Çuğunduru çiy halda yedikdə ola bilsin ki, udlaq, həzm yollarında, mədədə yandırıcı hallar müşahidə edilsin. Ona görə də təzə çuğundur şirəsini içmək məsləhət görülmür. Təzə şirəni 2–3 saat saxlayıb içməyi məsləhət görürlər. Həmçinin bir dəfəyə 1 ədəd bişmiş və yaxud ondan artıq çuğundur yeməyi məsləhət görmürlər. Ona görə ki, mədə və bağırsaqlarda qıçırma yarana bilər.

Çuğundurdan zərif qida məhsullarının hazırlanması. İşinin ustası olan aşbaz çuğundurdan 100 növdən artıq qida məhsulu hazırlamağın mümkün olduğunu qeyd edir.

Çuğundurdan «Yay» ikrasının hazırlanması. 2 ədəd orta böyüklükdə çuğundur, 2 ədəd turşuya qoyulmuş xiyar, 2 diş sarımsaq, 1 ədəd çox da böyük olmayan soğan, 2 xörək qaşığı smetan, bitki yağı, sirkə, zövqünüzə görə duz, istiot götürün.

Çuğunduru qabığı ilə birlikdə bişirib təmizləyin. Xiyarın toxumunu təmizləyib xırda hissələrə salın. Soğanı dairəvi azca bitki yağında qızardın. Bütün tərəvəzləri ot maşınından keçirib, üzərinə xırda doğranmış sarımsaq, duz, istiot, xama və yaxud bitki yağı əlavə edib süfrəyə verin.

Çuğundurdan ətsiz ləzzətverici xörəyin hazırlanması. 3 ədəd orta böyüklükdə çuğundur, 2 xörək qaşığı kərə yağı, 1 stəkan xama, 1 ədəd yumurta, 2 xörək qaşığı sürtgəcdən keçirilmiş pendir, un, doğranmış şüyüd və cəfəri götürün. Çuğunduru pörtlədib və yaxud dairəvi doğrayıb, hər tərəfini unlayın və yağda qızardın. Sonra üzərinə xama, yumurta, göyərti əlavə edin. Piroq formalı kütlənin üzərinə yağ sürtüb, un, xama, pendir səpib duşovkaya qoyub kirşan rəngi alana qədər saxlayın.

Çuğundurdan salatın hazırlanması. 500 q çuğundurun gövdə və yarpağından, 1 ədəd soğan, 3 xörək qaşığı bitki yağı, 1 ədəd limon şirəsi, çay qaşığının 1/4 hissəsi qədər şəkər tozu. zövqünüzə görə duz götürün. Çuğundurun gövdə və yarpaqlarını soyuq suda yuyub, doğrayıb bir neçə dəqiqə az faizli duz məhluluna tüküb bir az yumşaldıqdan sonra pörtlədilmiş gövdə və yarpaqları süzəcə boşaldıb üzərindən su keçirib soyudun. Sonra üzərinə duz, şəkər tozu, nazik doğranmış turp və soğan, bitki yağı və limon şirəsi əlavə edib süfrəyə verin.

Çuğundurdan cavanlaşdırıcı içkinin hazırlanması. 3 stəkan çuğundur şirəsi, 3/4 stəkan alma şirəsi, 2 çay qaşığı doğranmış yaşıl cəfəri və şüyüd, 4 ədəd qoz, 4 çay qaşığı xama, zövqünüzə görə duz götürün. Artıq qalmış çuğundur şirəsinin üzərinə alma şirəsi əlavə edin. Sonra üzərinə göyərti, duz əlavə edib qarışdırın. Kofe maşınından təmizlənmiş qozu keçirin. Aldığınız içkini 4 stəkana bölüb üzərinə 1 çay qaşığı xama, əzilmiş qoz səpib süfrəyə verin.

Spanaq (mədənin süpürgəsi) — *Spinacia oleracea*

Praktiki olaraq bütün dünya xalqlarının mətbəxlərində spanaqdan hazırlanan xörək növlərinin reseptlərinə rast gəlmək olar. Spanağı italyanlar çox xoşladıqlarına görə bitkidən 100-dən artıq xörək hazırlamaq üsulları işləyib həyata keçirmişlər. İtalyanlardan fərqli olaraq spanaqdan hazırlanan xörəkləri çox sevən Yaponiya, Fransa xalqlarıdır. Fransızlar spanağı «tərəvəzlərin şahı» adlandırırlar. Rusiyaya spanaq Anna İvanovna dövründə gəlib çıxmışdır. Ruslar spanağı «Allah tərəvəzi» adlandırmışlar.

Hal-hazırda spanaq yenə də insanlar üçün ən əlverişli tərəvəz bitkilərindən biri hesab edilir.

Mədənin süpürgəsi. Spanaq tərkibində çoxlu miqdarda mineral maddələr və vitamin qrupu saxlamaqla başqa tərəvəz növlərindən fərqlənir. Bitkinin tərkibindən çoxlu kalium, kalsium, maqnezium, dəmir və vitamin E, xüsusən də C və karotin vitaminləri aşkar edilmişdir. Spanaq — yaxşı bioflavonoid mənbəyi hesab edilir. Spanaq mədə-bağırsaq sistemində uzun müddət yığılıb qalmış şlakları orqanizmdən məharətlə çıxarır. Buna görə də fransızlar spanağı «mədənin süpürgəsi» adlandırırlar. Spanaq diş və diş ətinin normal fəaliyyətinə müsbət təsir edir. Dişi uzun müddət çürüməkdən qoruyur. Həkimlər qeyd edirlər ki, spanaq xərçəngin və qan azlığının baş verməsinin qarşısını almaq qabiliyyətinə malik tərəvəzlərdən birincisi hesab edilir. Spanaq bütün insanların uzun müddət sağlam və gümrəh yaşamlarına böyük köməklik göstərir. Spanaq ağır xəstəliklərdən yenicə sağalıb duran insanlar üçün daha faydalı hesab edilir.

Xalq təbabətində spanaqdan qəbizlik, toplanmış qazların orqanizmdən kənar edilməsində, qanazlığında, müxtəlif növ əsəb gərginliklərində, laringit, larinqofaringit, bronxit, ağ ciyər soyuqdəymələrində, müalicə-profilaktik vasitə kimi istifadə edilir. Bunun üçün spanağın yarpaqlarından hazırlanan sulu dəmləmədən qəbul etməyi məsləhət görürlər. Qış dövründə orqanizmdə baş verən vitamin çatışmazlığını aradan qaldırmaq üçün yazda spanaqdan geniş istifadə etmək məsləhət görülür. Bunun parlaq olmayan yarpaqlarının tərkibindəki zülalın miqdarı 1,5 dəfə süddəkindən artıqdır. Tərkibindəki vitaminlər, makro və mikroelementlər yüksək temperaturda heç bir parçalanma proseslərinə məruz qalmayıb olduqları kimi qalirlar.

Diqqət! Bizə məlumdur ki, spanağın tərkibində kifayət qədər quzuqlağı turşusu aşkar edilmişdir. Spanağın tərkibindəki quzuluğağının miqdarı kartofdakından 8, pomidordan isə 64 dəfə çoxdur. Buna görə də spanaqdan su-duz mübadiləsi normal getməyən xəstələrin, eləcə də podarqa, böyrək və qara ciyərləri xəstə olan insanların qəbul etmələri məsləhət görülmür.

Spanaqdan müalicə preparatının hazırlanması.

Qan azlığında, qəbizlikdə, əsəb gərginliyində. 10 q spanaq yarpağın-
dan götürüb üzünə 1 stəkan su töküüb 6–7 dəqiqə bişirin, soyuduqdan sonra
süzün. Cövhərdən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkdən qabaq
qəbul etmək məsləhət görülür.

Qeyd! Yuyulmuş spanaq tez xarab olur. Bunun üçün spanağı bişirən
zaman yuyub qazana tökməyi məsləhət görürlər.

Spanağın təbii rəngini özündə saxlamaq üçün onu çoxlu suda yumaq
məsləhətdir.

Nə vaxt ki, sizin əkdüyünüz sahədə spanaq əmələ gəlməyə başladı, de-
məli qış üçün ehtiyatınız var. Ona görə ki, spanaq kəskin keçən şaxtalarda
belə tərkibindəki maddələri itirmədən olduğu kimi saxlayır. Bu da ona dələ-
lət edir ki, spanaqdan bütün il boyu istifadə etmək xeyirlidir.

Qərənfilçəklilər — *Caryophyllaceae* fəsiləsi

Herniyar — *Herniaria*

Dünya florasının tərkibində herniyar cinsinin 45-ə qədər növü yayıl-
mışdır. Azərbaycanda 4 növünə təsadüf edilir. Əsasən 2 növündən təbabət-
də və kosmetikada istifadə edilir. Hamar herniyar — *Herniaria glabra* və
tüklü herniyar — *H. hirsuta*.

Hamar herniyar — *H. glabra* 5–15 (20) sm uzunluğunda, gövdəsi
çoxlu sayda yerə sərilmiş budaqlardan və saçaqlı oduncaqlı kökə malik olan
sarımtıl-yaşıl rəngli çoxillik ot bitkisidir.

Yarpaqları qarşı-qarşıya düzülmüş ellipsvari, ovalvari, iti və yaxud küt
aşağı hissədən daralan olub, çox qısa saplaqdan ibarətdir. Yarpaq altlığı enli,
yumurtavari, pərdəvaridir. Çiçəktacı beş bizəoxşar, çox qısa ləçəklərdən
ibarətdir. Çiçəkləri xırda, görkəmsiz, beş üzvlü, qoltuqda sıx, yumaq şəklində
yerləşmişdir. 5 ədəd qısa erkəkciyə ibarətdir. Meyvəsi bir toxumlu
açılmayıdır. Toxumu parlaq və hamar olub tünd qəhvəyi rəngdədir. İyun
ayından payıza kimi çiçəkləyib meyvə verir.

Hamar herniyar Azərbaycanın daşlı-çınqıllı yerlərində, çay kənarlarında,
Kür ovalığında, Lənkəranın və Naxçıvan MR-in dağlıq sahələrində yayıl-
mışdır. Buna düzənliklərdən yuxarı dağlıq zonalarına qədər bütün ərəzi-
lərdə rast gəlmək olar. Bitkiyə əlaqəli otu kimi bağ və bağçalarda da rast gəli-
nir.

Bitkinin latınca adı «*Herniaria glabra*», «*Hernia*» «hamar», «*glabra*» isə
«çılpaq» sözlərindən götürülmüşdür ki, bu da zoğların hamar olmasını bildi-
rir. Xalq arasında bu bitkiyə «it sabunu» da deyirlər. Qərbi Avropada yaşa-
yan xalqlar pal-praltarlarını yumaq məqsədilə bitkinin köklərindən ətirli sa-
bun köpüyü hazırlayırlar.

Rusiyanın bir çox şəhərlərində bu bitkinin kökündən hazırlanan maye sabunla bir çox ev heyvanlarının yununu yuyurlar.

Bitkinin tərkibindən kumarin və onun törəmələri olan 0,2 %-ni təşkil edən metil efiri zerniarin — $C_{10}H_8O_2$, kversetin, rutin, triqlükozid, arabinozid, kversetin flavonoidləri, triterpen saponinləri hidroliz olunaraq kvilay turşusuna çevrilən — $C_{30}H_{46}O_5$, ramnoz, qalaktoz və qlükozid maddələri, 0,6% qatı efir yağı, alkaloid izləri, aşı və qatran maddələri tapılmışdır.

Hamar herniyardan alınan preparatlardan suçiçəyi xəstəliyində, böyrəyin müalicəsi və sidikqovucu vasitə kimi istifadə edilir. Otunu suya salıb çalxaladıqdan sonra sabun köpüyü əmələ gətirir. Bu su ilə əli yuduqda dəri çox yumşalır.

Hamar herniyarı Avropa ölkələrinə ixrac edir, burada sidikqovucu vasitə kimi istifadə edirlər. Belarus xalq təbabətində sulu məhlulu ilə sarılıq zamanı, mədə ağrılarında, qrija (yurtıq), uşaqlıq sallanmalarında, sidik qanaxmalarında, quduzluqda işlədilir. Diarezi və ekzeması olan uşaqları qaynadılmış məhlulu ilə çimdirlirlər.

Xalq təbabətində su çiçəyi xəstəliyi zamanı sidikqovucu vasitə kimi, kəskin sidik kisəsi soyuqdəymələrində, həmçinin sarılıqda istifadə edilir. Ağır fiziki iş zamanı əmələ gələn əzələ ağrılarında, 10%-li cövhərindən içməyi məsləhət görürlər. Ot və kök hissəsindən hazırlanan cövhərindən anti-septik vasitə, soyuqdəymədə, revmatizm, artritdə sakitləşdirici kimi, həmçinin mədə pozuntularında, podaqra, kolit, yoğun bağırsağ iltihabında, qıcolmada, özündəngetmə, əsəb, bağırsağ və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir. Otundan və toxumundan hazırlanan cövhərindən isteriya, özündəngetmə xəstəliklərində, müxtəlif şişlərin müalicəsində, kökündən hazırlanan məhlulundan qaşınmada istifadə edilir. Pörtlənmiş yarpaqlarından təpitmə formasında əzilmiş yerlərə qoyur, damar soyuqdəymələrində yaş sarğı kimi istifadə edilir. Toxumundan hazırlanan spirtdən isə trixnoz öleyhinə işlədilir.

Bitkinin sulu çıxarışı yaxşı köpük verdiyinə və ətirli iyə malik olduğuna görə, onu yuyucu maddələrin əvəzedicisi kimi də işlətmək olar. Ətirli iyə malik olduğundan bundan ətriyyat və kosmetika sahələrində geniş istifadə edilir. Dermatologiyada yarasəğaldıcı və büzüşdürücü vasitə kimi işlədilir. Ətirli suyu əlin dərisini yumşaldır, elastiklik qabiliyyətini artırır. Bu xüsusiyyətlərinə görə hamar herniyar kosmetikada geniş istifadə edilir. Bitkidən quru və adi halda cövhər hazırlanır. Tüklərin inkişaf etdirilməsi üçün əla vasitə hesab edilir.

Bitkini bütün vegetasiya dövrü ərzində toplayırlar. Toxumu vasitəsilə çoxaldırlar.

Dünyanın bir sıra ölkələrinin xalq təbabətilə məşğul olan tibb mütəxəssisləri herniyar bitkisinin soyuqdəymə nəticəsində baş verən xəstəlikləri məharətlə aradan qaldırmasını yüksək qiymətləndirirlər.

Herniyardan hazırlanan preparatlar kəskin xroniki prostatı, eləcə də böyrək və sidik kisəsində baş verən pozuntuları gözəl müalicə edir. Bitkinin adının «qırjnik» adlandırılması təsadüfi olmayıb. Ağır yük qaldıran fəhlələr qrija əmələ gəlməsin deyə, herniyardan hazırlanmış dəmləmələr və cövhərlər içərmişlər.

Herniyardan hazırlanan preparatlardan bakterisid, soyuqdəymədə, yarasagaldıcı, büzüşdürücü, sidikqovucu, ödqovucu və spazma əleyhinə geniş istifadə edilir.

Prostat vəzinin soyuqlamasında. 1 xörək qaşığı doğranmış herniyardan götürüb, 1 stəkan qaynar suda dəmləyib, 1 saat saxladıqdan sonra süzün. Alınmış ekstraktı gündə 4–5 dəfə yeməkdən sonra daxilə qəbul edin.

Porstat vəzinin adenomasında əlavə köməkçi vasitə kimi. 1 xörək qaşığı herniyar, qarğıdalı saçağı, peyğəmbər çiçəyi, 2 çay qaşığı qatırquyuğu, 5 çay qaşığı ot gəndəlaşının kök hissəsindən və tozağacı tumurcuğu götürün. Alınmış qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb 1 litr qaynar suya töküüb 20–30 dəqiqə isti yerdə dəmləyin və süzün. Sonra stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Sistit, sidik kisəsinin soyuqlamasında, nefritdə, ürək və böyrək ağrılarında. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb qaynanmış suyun üzərinə töküüb qaynama dərəcəsinə gətirib süzün və gündə 4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Sidik kisəsində olan daşların kənar edilməsində. Bunun üçün 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb üzərinə 1 xörək qaşığı qarğıdalı saçağı, lobyə qabığı, qırxbuğum əlavə edib qarışdırın. Sonra qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suyun üzərinə töküüb 30 dəqiqə zəif od üzərində dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış ekstraktı gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin.

Podagra, revmatizm, artirit, artroz zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış otdan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 5–7 dəqiqə zəif od üzərində saxladıqdan sonra, süzüb gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/2 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Dermatit, ekzema, enrodermitdə. 2 xörək qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 2 saat dəmləyib süzün. Alınmış ekstraktı zədələnmiş dərinə yuyun.

Diqqət! Herniyar az zəhərli təsire malik olduğundan bundan istifadə edəndən zaman bitkinin hansı nisbətdə götürməyinizə ciddi fikir verin.

Bəzək qərənfil — *Dianthus calocephalus*

Dünya florasının tərkibində qərənfil cinsinin 300-dən artıq növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 40, o cümlədən Azərbaycanda 26 növünə təsadüf edilir. Bunlardan 3 növü mədəni hala keçirilmişdir. Qərənfil cinsinin növləri başlıca olaraq Avropa ölkələrinin ərəzilərində, Asiyanın dağlıq sahələrində tropik zonalarda çox yayılmışdır.

Qərənfil növlərinin əksəriyyəti bəzək, dərman, boyaq təbiətli bitkilər hesab edilir.

Xalq təbabətində qərənfil cinsinin bir neçə növündən müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Bunlardan biri də bəzək qərənfil — *Dianthus calocephalus*-dur. Bu hündürlüyü 20 (60–66) sm-ə qədər olan çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları gövdə üzərində oturucaqlı sıx birləşmiş halda, çoxsaylı çiçəklərdən ibarət olan hamaşçiçəkdən ibarətdir.

Bəzək qərənfillərinə Azərbaycanda Naxçıvan MR-in dağlıq rayonlarında, Kiçik Qafqazın cənub ərəzilərində təsadüf etmək olar. Bunlardan başqa bitkiyə çəmənliklərdə, qayalıqlarda və subalp çəmənliklərində də rast gəlmək olar. Rəvayətə görə bəzək qərənfil «Zevsin çiçəyi», «Allah çiçəyi» hesab edilir.

Müalicə məqsədləri üçün bitki çiçək açan zaman onun yaşıl hissəsi toplanıb istifadə edilir.

Qərənfildən hazırlanan preparatlar vasitəsilə mikrob əleyhinə, qankəsici, yarasagaldıcı, soyuqdəymə, ağrıkəsici, uşaqlığın tonusunun artırılmasında istifadə edilir.

Qərənfilədən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Daxili babasil qanaxmalarında. 1,5 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 2–3 saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Uşaqlıq qanaxmalarında (doğum, abort və uşaq salma zamanı). 2 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb bir stəkan qaynar suya töküb termosda 4–5 saat saxlayıb süzün. Sonra gündə 4–5 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Taxikardiya və ürək ağrılarında əlavə vasitə kimi. 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 stəkan qaynar suya tökün və 8 saat dəmlədikdən sonra süzüb gündə 2–3 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Radikulit zamanı. Doğranmış qərənfil otunu suda pörtlədib, azca suyu çəkildikdən sonra götürüb ağrıyan nahiyəyə kompres edin.

Revmatizm zamanı, damarların ağrısını aradan götürmək üçün. Doğranmış otdan götürüb 1/5 stəkan qaynar suya töküb, 15 dəqiqə dəmləyin. İsti cövhərdə tənzi fişləyib ağrıyan nahiyəyə qoyub 1–2 saat saxlayın.

Xənazir (sarıca) xəstəliyi zamanı. 1 stəkan doğranmış otu 1 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyub 10 dəqiqə qaynadın və 1 saat dəmləyin. Sonra ekstraktı süzüb istiliyi 38–39 dərəcə olan vannaya tökün. Vannanı yatmağa 1 saat qalmış 10 dəqiqə qəbul edin. Müalicə kursu 12–15 gündür.

Ağcaqanad sancmaları zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 stəkan qaynar suya töküüb 8 saat termosda dəmlədikdən sonra süzün. Pambığı ekstrakta hopdurub ağcaqanad sancan yerə sürün.

Diqqət! Qərənildən hazırlanan preparatlardan tromboflebiti olan xəstələrin və hamilə qadınların daxilə qəbul etmələri məsləhət görülmür.

Dərman sabunotu — *Saponaria officinalis*

Dünya florasının tərkibində sabunotu cinsinin 25-ə yaxın növü yayılmışdır. Qafqazda 6, o cümlədən Azərbaycanda 4 növünə təsadüf edilir. 1 növündən — dərman sabunotundan təbabətdə və kosmetikada istifadə edilir.

Dərman sabunotu — *S. officinalis*. Bu, 30–90 sm hündürlüyündə, düz qalxan, güclü budaqlanan kökümsovlu çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqlarının uzunluğu 5–12, eni 1–4 sm olub, lanset, yaxud ellipsvari, aşağıdakılar saplaqlı, yuxarıdakılar isə oturaclaqlıdır. Çiçəkləri iyli qalxanvari-süpürgəvari hamaşçiçəkdən ibarətdir. Kasacığı bitişik yarpaqlı, silindrvaridir. Ləçəkləri ağ və yaxud çəhrayı rəngli uzunsov-tərsinə yumurtavari, girintili-çıxıntılı, yaxud tamamilə bükülmüşdür. Meyvəsi uzunsov yumurtavari, biryuvalı çoxlu xırda qara rəngli toxumu olan qutucuqdan ibarətdir. İyun–avqust aylarında çiçək açır, sentyabrda meyvəsi yetişir.

Sabunotu Azərbaycanın Gədəbəy rayonunda, Qalakənd ətrafında, orta dağlıq zonalarda, açıqlıq və kolluqlarda yayılmışdır. Kök və kökümsovunun tərkibində 20%-ə qədər saponin, saporubrin vardır ki, bu da hidroliz olunaraq hipsoenin $C_{40}H_{76}O_4$ yaradır. Yarpağından saponarin — $C_{27}H_{52}O_{16}$ və viteksin — $C_{21}H_{20}O_{10}$ flavonoidləri, 1%-ə qədər askorbin turşusu, pektin, selik və s. tapılmışdır. Çox qədimdən tibbdə bu bitkinin qırmızı-qonur rəngli kökümsovu məşhur «qırmızı sabun kökü» adı ilə tanınmış və istifadə edilmişdir.

Xalq arasında bu bitkini «təmizkar», «tatar sabunu», «sabun çiçəyi», «qırx dostu olmayan», «paxlalı», «sabunotu» və s. adlarla adlandırırlar. Latınca elmi adı «sapo» — «sabun» mənasını bildirir. «Saponaria» sözü bir sıra orta əsr müəlliflərinin Albertus, Maqnus, Bok, Hesner, Lobelpus və başqalarının əsərlərində qeyd edilir. Müasir elmi adı isə ona K.Linney tərəfindən verilmişdir.

Qırmızı sabun kökündən nəfəs yolları xəstəliklərində bəlgəmgətirici vasitə kimi, həmçinin bronxitdə, kəskin öskürəkdə, zökəmdə və s. işlədilir.

Xalq təbabətində kök və kökümsovundan hazırlanan dəmləməsindən böyrək, ciyər, dalaq, həzm pozğuntularında və s. işlədilir. Kök və yarpaqlarından hazırlanmış cövhərindən daxilə qəbul edilərək, həzm pozuntularında, podaqra (oynaq və toxuma) xəstəliklərində, ekzema, ekssudat diatezdə, frunklyoz (çoxlu çiban çıxarma) əleyhinə, xal, dəmrov, dəri iltihabında işlədilir. Təzə yarpaqlarından yaş sarğı kimi irinli yaraların üzərinə qoyulur.

Sabunotu bəzən qıcıqlandırıcı təsir də göstərir. Artıq miqdarda qəbul edildikdə öskürək, ürəkbulanması, qusma, qarınağrısı əmələ gətirir. Sabunotu kəskin qantəmizləyici təsire malikdir. Heyvanlar onunla zəhərləndikdə, qıcolma, tənəffüs iflici və s. ölümlə nəticələnir. Onun üçün sabunotu preparatlarından uzun müddət istifadə etdikdə çox ehtiyatlı olmaq lazımdır.

Müalicə məqsədləri üçün payız aylarında onun köklərini yerdən qazıb çıxarır, yuyub təmizləyir və qurudaraq istifadə edilir. Sabunotunun kök hissəsindən hazırlanan preparatlar maddələr mübadiləsinin nizama salınmasında, mikrob əleyhinə, soyuqdəymə, bəlgəmgətirici, tərqovucu, ödqovucu və zəif işlədici vasitə kimi, dəri səpkilərində istifadə edilir.

Bronxit, quru öskürək, pnevmoniya, göyöskürəyin müalicəsində. 1 çay qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 5–7 saat dəmləyib süzün. Sonra alınmış ekstraktın stəkanın 1/4 hissəsi qədər gündə 3–4 dəfə yeməkarası qəbul edin.

Ödqovucu vasitə kimi. Doğranmış kök hissəsindən götürüb 1 stəkan suya töküb 1 saat dəmləyin. Ekstraktı süzün, sonra stəkanın dibində qalan çöküntünün üzərinə soyuq su əlavə edib yenidən 1 saat dəmləyin. Bu cür əməliyyatdan sonra isladılmış kökün üzərinə su töküb 3–4 saat saxladıqdan sonra süzüb stəkanın 1/4 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə yeməkdən sonra qəbul edin.

Yanıqlar, ürəkbulanma və qaz əmələ gəlmə zamanı. 1 çay qaşığı doğranmış kökün üzərinə 1 stəkan qaynadılmış su töküb, qaynama dərəcəsinə gətirin. 1 saat dəmləyib gündə 1 xörək qaşığı 4–5 dəfə yeməkdən sonra qəbul edin.

Rəvmatizm, podaqra, maddələr mübadiləsinin pozuntuları, diatezdə, göbələk qaşınmalarının, eləcə də çibanların müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb qaynar suya töküb 1 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktın gündə 3–4 dəfə 1–2 xörək qaşığı yeməkdən sonra qəbul edin.

Angina zamanı. 2 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb yarım saat dəmləyin. Sonra aldığınız ekstraktla 3–4 dəfə boğazınızı qar-qara edin. Həmin cövhərlə kəskin zökəm xəstəlikləri zamanı burnunuzu yuyun.

Çiban və yaraların müalicəsində. 1 çay qaşığı doğranmış sabunotu ilə çobanyastığını bir-biri ilə qarışdırıb 1 stəkan qaynar suya töküb dəmləyin.

Aldığınız ekstraktla xəstə nahiyənizi yumaqla, gündə 2–3 dəfə kompres edin.

Qatı məhlulu tükün inkişafı üçün ən səmərəli vasitə hesab edilir. Baş yuduqdan 1–2 saat sonra pambığı ekstraktına batırıb saçın dibinə sürtür, yaxud da yumazdan qabaq həmin məhlulla başın tükünü isladılar. Bu üsulla tükün tökülməsinin qarşısı alınır və onun dibi bərkiyir.

Sabunotu toxum və vegetativ orqanları ilə artırılıb çoxaldılır.

Diqqət! Sabunotu — zəif zəhərləyici olduğundan daxilə qəbul edən zaman götürdiyünüz xammalın miqdarına fikir verin.

Suzambağı — *Nelumbonaceae* fəsiləsi **Şanagüllə — *Nelumbo nucifera***

Dünya florasının tərkibində 4–5 növünə təsadüf edilir. Bu növlərə əsasən Avropa ilə Asiyanın kəsişdiyi yerlərdə və Şimali Amerika ərəzilərində rast gəlmək olar. Azərbaycanda 1 növü yayılmışdır.

Şanagüllə — *Nelumbo nucifera* uzunluğu 1 metrə çatan, güclü kök sistemine malik çoxillik su bitkisidir. Yarpaqları su üzərində səpilən, qalxana-bənzər, iri dairəvi formada olub 20–40 (50) sm diametrdə, uzun, şırımlı, içi-boş tikanlarla əhatə olunan saplaq və göyümtül, çıxıntılı torşəkili damarlardan ibarətdir. Çiçəkləri çox ətirli, çəhrayı və yaxud göyümtül-çəhrayı rəngli, yumurtavari-uzunsovdu. Erkəkcikləri çoxsaylıdır. Fındıqçası 10–22 ədəd, bəzən isə 14–17 ədəd toxumu olan, dairəvi tünd-yaşıl rəngə malik olub, 1–1,5 sm uzunluğundadır.

Şanagüllə Azərbaycanda ən çox Kür–Araz düzənliyində, Şirvan, Mil düzü sahələrində, Zərdab rayonu ərəzində rast gəlinən sututarlarda, durğun və yaxud sakit axan sulara bitərək nadir hallarda cəngəlliklər əmələ gətirir. Azərbaycanın ən gözəl görünüşə malik olan su bitkisi hesab edilir. Fındıq meyvəsi qızardılmış halda yeməli olub, meşə qozunun dadını xatırladır.

Bitkinin tərkibindən pronusiferin, anonin, 5-metoksi-6-oksiaporfin, remerin, nuçiferin, normusiferin və s. alkaloidləri, yarpaq və gövdəsindən kversetin, izokversetin nelumbozid flavonoidləri, leykosianidin, leykodelfinidin antosianları, yarpaq və saplağından remerin, nusiferin, normusiferin alkaloidləri, çiçəyindən lüteolin, kversetin, qlükolüteolin, izokversetirin, robinin flavonoidləri, toxumundan sitosterin steroidləri və s. maddələr aşkar edilmişdir. Yaponiyada bitkini başqa dərman bitkilərilə qarışdırıb uşaqlıq yollarında əmələ gələn xərçəng xəstəliyini müalicə edirlər. Çin təbabətində kökümsövündən hazırlanan dəmləməsindən tonusartırıcı, qankəsici, sidikqovucu vasitə kimi və s. istifadə edilir. Rusiyanın uzaq şərqində isə bundan hazırlanan preparatların köməyi ilə pnevmaniya, bronxial astma, antiseptik va-

sitə kimi ilan və həşərat sancmalarına qarşı istifadə edilir. Çin təbabətində sulu çıxarışından zəhərlənmələr və qanaxmalar zamanı yaranan vitamin çatışmazlıqlarında istifadə edilir. Hindistan və Misir təbabətində müxtəlif dərəcəli xərcəng xəstəliklərinin müalicəsində saplaq və yarpaqlarından alınan preparatlar işlədilir. Kökümsov və fındıq meyvəsindən qızardılmış və bişirilmiş halda qida kimi istifadə edilir. Unundan çörək bişirilir.

Biz isə ilk dəfə olaraq şanagüllə bitkisinin kök və kökümsovlarından boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipdə qonur, sarımtıl, açıq qəhvəyi, zeytunu, firuzəyi, bozuntul-qara, şabalıdı və s. rəng və çalarlar almağa nail olduq.

Şanagüllə bitkisinin faydalı xüsusiyyətlərini nəzərə alıb onun mədəni hala keçirilərək ekilib-becərilməsi qayğısına qalmağın vaxtıdır.

Qaymaqçiçəklilər — *Ranunculaceae* fəsiləsi

Kalta — *Caltha polypetala*

Dünya florasının tərkibində kalta cinsinin 90-a qədər növü yayılmışdır. Bu növlərə ən çox Yer kürəsinin mülayim iqlim zonalarında rast gəlmək olar. Kaltanın Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda 2 növünə rast gəlmək olar. Bu növlərdən bataqlıq kaltası — *Caltha palustris* və çoxləçəkli kalta — *C. polypetala*-nı göstərmək olar.

Bu növlərin içərisində müalicəvi əhəmiyyətinə, qida xüsusiyyətlərinə və boyaq ekstraktı alınmasına görə çoxləçəkli kalta daha çox faydalıdır.

Çoxləçəkli kalta — *Caltha polypetala*. Bu gövdəsinin hündürlüyü 35–50 sm olan budaqlanan, slindrvari iyşəkili kök sistemine malik çoxillik ot bitkisidir.

Çoxləçəkli kaltaya Azərbaycan ərazisində Böyük Qafqazda Quba rayonunun şərqində, Kiçik Qafqazın şərq və şimal zonalarında, Naxçıvan MR-in dağlıq zonalarında rast gəlmək olar. Bundan başqa bitkiyə subalp çəmənliklərindən tutmuş alp çəmənliklərinə qədər zonalarda nəmli yerlərdə, göl və çay kənarlarında, bataqlıqlarda təsadüf etmək olar.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin yuxarı hissəsini toplayıb təzə və qurudulmuş halda istifadə edirlər. Kaltadan alınan preparatlardan vitamin çatışmazlıqlarında, soyudəymə əleyhinə, yarasagəldici, bəlgəmgətirici, ağrıkəsicisi, qıcolma, şiş əleyhinə və s. istifadə edilir.

Xalq təbabətində bitkinin sulu məhlulundan yuxusuzluqda, baş ağrılarında, maddələr mübadiləsi pozuntularında, soyuqdəymə, titrətmə, xərcəng şişləri əleyhinə işlədilir.

Soyuqdəymə, diatez, qanaxlıqda, avitaminozda, qızdırma zamanı. 1 çay qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün. Zəif od üzərinə qoyub 5 dəqiqə qaynadın. 1 saat dəmlədikdən sonra süzüb gündə 3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış 2 xörək qaşığı daxilə qəbul edin.

Uşaqlıq nahiyyəsində baş verən xərçəng xəstəliyinin müalicəsində (alaya kömək kimi). Doğranmış otiundan 2 çay qaşığı 1 stəkan suya töküüb zəif od üzərində 10–15 dəqiqə qızdırıb, 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Süzdükdən sonra stəkandakı suyu əvvəlki vəziyyətə gətirib gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 3 xörək qaşığı daxilə qəbul edin. Aldığınız cövhəri su ilə 1:4 nisbətində qarışdırıb xəstə nahiyyəni yuyun.

Soyuqdəymə zamanı. 1 stəkan doğranmış ot hissəsini 2 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərində 10–15 dəqiqə saxladıqdan sonra yarım saat dəmləyin. Aldığınız ekstraktın günəşin həftədə 3–5 gün vannasını qəbul edin. Vanna qəbulundan sonra ayağınızı qurulayıb corab geyinin.

Yaraların, kəsiklərin, yanığı və dəri soyuqdəymələrində həmçinin, ekzema, neyrodermit zamanı. Təzə yarpaqlarından götürüb qaynar suda bişirib, sterilizə edilmiş bintlə ağrıyan nahiyyənin üzərinə qoyub bağlayın.

Diqqət! Kaltanın təzə yarpaq və çiçəkləri az zəhərli olduğundan bitki xammalından istifadə edən zaman götürülən miqdara riayət edin. Bitkini qurudan və yaxud qaynadan zaman zəhərli maddə parçalanıb yox olur.

Üzgəcotu — *Trollius*

Bu, rütubət və nəmlik sevən çoxillik ot bitkisidir. «*Trollius*» qədim alman sözü olub, «şar» mənasını daşıyır ki, bu da çiçəklərinin şar formasında olması ilə əlaqədardır. Bitkinin yarpaqları iri, növbəli, barmaqşəkilli bölünmüş, 3–8 sm uzunluğundadır. Çiçəkləri şar formasında sarı və yaxud narıncı rəngdə olub 5 və 20-yə qədər ləçəkdən təşkil olunmuşdur.

Üzgəcotu cinsinin soyuq və mülayim iqlim zonalarında 20-yə yaxın növü yayılmışdır. Bunlardan 2 növünə MDB məkanında rast gəlmək olar. Üzgəcotunun bağ və xiyabanların bəzədilməsində geniş istifadə olunan bir neçə qiymətli sort və formaları əldə olunmuşdur.

Asiya üzgəcotu — *Tasiaticus*. Hündürlüyü 60–85 sm olan, qiymətli bəzək bitkisi sayılan çoxillik otdur. Yarpaqları, əsasən kök ətrafında yerləşən dərin lələk şəkilli bölünəndir. Çiçəkləri iri, diametri 8 sm olub, tək halda çiçək saplağı üzərində yerləşən parlaq-narıncı rəngdədir. Çiçəklənməsi may ayından başlayaraq iyulun axırlarına qədər davam edir.

Bitkinin yarpaq, çiçək, kök və toxumlarının tərkibindən alkaloid, C vitamini, kumarin, ləçəklərindən 1%-ə qədər flavonoid təbiətli boyaq maddəsi, toxumlarından 27,9–28,7%-ə qədər piyli yağ və s. aşkar edilmişdir. Tibət təbabətində yarpaq və çiçəklərindən hazırlanan dəmləmə, cövhər və məhləmlərindən göz zəifləməsində, monqol təbabətində isə mədə-bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Avropa üzgəcotu — *Europaeus*. Bu, hündürlüyü 75–85 sm olan, düzqalxan gövdəyə malik, çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları barmaqşəkilli, 3–

5 sayda bölünəndir. Çiçəkləri şar formasında olub, sarı rəngdədir. Çiçəklənməsi iyun–iyul ayına qədər davam edir. Vətəni Avropa hesab edilir. Yabanı halda keçmiş SSRİ-nin Avropa hissəsində yayılmışdır.

Bitkinin kök və kökümsovundan maqnoflorin, xolin lkaloidləri, yarpaq və çiçəklərindən vitekisin, oriektin, n-kumarin, ferilov, sinapov kumarinləri, bundan başqa çiçəklərinin tərkibindən karotin, ksantofil, epoksid, trolliksantin, trolliflor karotinoidləri, toxumlarından isə 18,4–32,9% piyli yağ və s. aşkar edilmişdir. Avropa üzgəcotunun kök, yarpaq və çiçəklərindən alınan preparatlar mədə, qara ciyər, öd kisəsi, sinka və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə olunur.

Lidebur üzgəcotu — *T. ledebourii*. Çiçəklərindən təbii rəng alınır. Yabanı halda Şərqi Sibirde, Uzaq Şərqdə, Yaponiya və Çin ərazilərində yayılmışdır. Hündürlüyü 70–90 sm olub, yaraşlıq və davamlığma görə Asiya üzgəcotundan heç də geri qalmır. Çiçəklərinin diametri 7–8 sm olub, qızılı-narıncı və yaxud sarı rəngdədir. Kökətrafi yarpaqları enli, yarıdan çox hissəsi kəsik olub, parlaq, tünd yaşıl rəngdədir. İyun–iyul aylarında çiçək açır. Aşağıdakı bağ sortları məlumdur:

1. Haşa sortu. Bu, 90 sm hündürlüyündə olub, tünd-narıncı rəngdən tutmuş, açıq-narıncı çiçəklərə malikdir. Çiçəklərinin diametri 7 sm-dir.

2. Kinq sortu, hündürlüyü 50 sm, tünd narıncı və sarı-narıncı çalarlara malik olub, diametri 5 sm-dir. Kollarını əsasən hissələrə bölməklə, həmçinin, yaşıl qələm, nadir hallarda isə toxumları vasitəsilə çoxaldırlar. Kol hissələrini erkən yazda (aprelin axırları və mayın əvvəllərində), həmçinin avqustun ortalarından sentyabrın ortalarına qədər əkməyi məsləhət görürlər.

Əkin zamanı kök boğazcığını 2 sm dərinliyində basdırırlar. İkinci ili çiçək açmağa başlayır. Bir dəfə əkilmiş sahə 5 ilə qədər inkişaf edib, çiçəkvermə qabiliyyətinə malik olur. Bəzən isə bir yerdə hətta 7–10 ilə qədər inkişaf edərək çiçək məhsulu verir. Bu şərtlə ki, sahəyə hər il yaxşı aqrotexniki qulluq göstərsin. Qələmlərinin yeraltı tumurcuqları əmələ gələn zaman — erkən yazda əkməyə başlayırlar.

Bitkinin, yəüstü hissəsindən alkaloid, flavonoid maddələri aşkar edilmişdir.

Yəüstü hissələrindən hazırlanan preparatlar Tıbet təbabətində göz zəifliyində, epilepsiyada, qankəsici vasitə kimi istifadə edilir. Çiçəklərindən qiymətli flavonoid və karotinoid maddələrlə zəngin boyaq maddəsi alınır.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin əsas kök hissəsindən istifadə edirlər.

Xroniki qəbizlikdə doğranmış kökündən 3 xörək qaşığı 1 stəkan arəğin üzərinə töküb, bir həftə qaranlıq yerdə saxlayın. Sonra süzüb 1 çay qaşığı həcmində gündə 2–3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Maddələr mübadiləsinin pozulmasında, sidik turşusunun artmasında, böyrək və sidik kisəsində olan daşlarının kənar edilməsində, dəri xəstəliklərində 1 xörək qaşığı doğranmış kökü 1 stəkan suyun üzərinə töküüb qaynama dərəcəsinə çatdırandan sonra üzərini örtüb, yarım saat dəmləyib süzün. Sonra gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Böyrəyin iltihabı (nefrit) zamanı isə bitkinin kökünü tozağacı yarpağı ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 1 xörək qaşığı 1 stəkan qaynar suya töküüb 3–4 saat dəmləyin. Daha sonra süzüb stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə yeməyə az qalmış qəbul edin.

Üzümyarpaq ağəsmə — *Clematis vitalba*

Ağəsmə cinsinin dünya florasının tərkibində 170-dən artıq növü yayılmışdır. Cinsin Qafqazda 6, o cümlədən Azərbaycanda 2 növünə rast gəlmək olar.

Müalicə məqsədləri üçün ən çox üzümyarpaq ağəsmədən istifadə edilir.

Üzümyarpaq ağəsmə — *Clematis vitalba*. Bu gövdəsinin uzunluğu 30 m, dırmaşan, uzun gövdəli qalın kol bitkisi olub, budaqlarının ucu tükərlə örtülüdür. Yarpaqları uzunsaplaqlı, lələkvari iki ədəd qoşayarpaqdaş ibarətdir. Çoxsaylı mürəkkəb qalxanvari qoltuqda yerləşən havamçiçəyə malikdir. Çiçəkyanlığı yarpaqlarının uzunluğu 1 sm olub ağ və yaxud sarımtıl uzunsov sıx keçəvari tükərlə örtülmüşdür.

Ağəsmə Azərbaycanın Samur–Dəvəçi düzənliklərində və Quba rayonunun şərq, qərb zonalarında, Alazan–Əyriçay vadisində yayılmışdır. Bundan başqa bitkiyə düzənlik sahələrdən başlamış orta dağ qurşaqlarının cənub yamaqlara qədər təsadüf edilir.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin yarpaq, çiçək və kökündən istifadə edilir.

Ağəsmədən hazırlanan preparatlarla bakterisid, antiseptik, soyuqdəymə, yaras ağaldan, sidikqovucu, tərgətirici vasitə kimi, arteriyanı aşağı salan, daxili beyin təzyiqlərinin nizama salınmasında istifadə edilir.

Beyindəxili və arterial təzyiqlərin, başağrıların və suçiçəyinin müalicəsində. 1 çay qaşığı doğranmış yarpaq və çiçəyindən götürüb 1,5 stəkan qaynar suya töküüb, çox da isti olmayan su hamamında 1 saat qzdırdıqdan sonra süzün. Yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Sistit, mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarında. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və çiçəklərindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb termosda 1–2 saat dəmləyin. Sonra süzüb stəkanın 1/4 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin.

Prostat vəzinin müalicəsində əlavə vasitə kimi. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 0,5 stəkan arağın üzərinə töküüb isti qaranlıq yerdə tez-tez qarışdırmaqla 2 həftə dəmləyin. Sonra süzüb gündə 2 dəfə səhər və axşam 10 damcı 3 xörək qaşığı suda həll edib qəbul edin.

Zöhrəvi və siflis xəstəliklərində. Əlavə vasitə kimi 1 çay qaşığı doğranmış yarpaq hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 1 saat dəmləyib süzün. Sonra gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Çiban və irinli yaraların müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb 0,5 litr suya töküüb 2 saat dəmləyin, sonra süzüb zədələnmiş nahiyələri yuyun.

Qorxu və konyuktivitdə. 2 çay qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyub 3–5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, 1 saat dəmləyin. Sonra aldığınız cövhərdən gözün qapaqlarını yuyun.

Dəri qaşınmalarında. 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirin. Sonra 1 saat dəmləyib, gündə 2–3 dəfə xəstə dəri nahiyəsini yuyun.

Həqiqi fikariya — *Ficaria ficarioides*

Bitkinin dünya florasının tərkibində 5–6 növü yayılmışdır. Cinsin növlərinin əksəriyyəti Orta Aralıq dənizi ölkələrinin ərazisində təsadüf edilir. Qafqazda fikariya cinsinin 4, o cümlədən Azərbaycanda 3 növünə təsadüf etmək olar.

Bunlardan müalicə məqsədləri üçün ən maraqlısı — həqiqi fikariya — *F.ficarioides* hesab edilir. Həqiqi fikariya çoxillik ot bitkisi olub, 4–10 sm hündürlüyündə, iri dəstə formalı uzunsov iri kökyumrusuna malikdir. Gövdəsi qısa, yarpaqları düz formalıdır. Kökətrafi yarpaqları yumurtavari və yaxud yumurtavari-dairəvidir. Ləçəklərinin sayı 7–9 ədəd olub sarı rəngdədir.

Həqiqi fikariya Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba ərazisinin qərb zonalarında, Kiçik Qafqazın mərkəz hissəsində, Naxçıvan MR-in dağlıq zonalarında yayılmışdır. Bundan başqa bitkiyə alp zonasının qar əriyən yamaclarında, daşlar arasında təsadüf etmək olar.

Kimyəvi tərkibi öyrənilməmişdir.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin kök hissəsini çiçək açıb qurtardıqdan sonra, yarpaqlarını isə çiçək açan zaman toplamaq məsləhətdir. Fikariyanın çiçəyi solduqdan sonra bitkidən dərman məqsədləri üçün istifadə etmək məsləhət görülmür. Çünki bu dövrdə bitkidə insan orqanizminə zəhərli təsir göstərən maddələrin sintezi başlayır.

Fikariyadan hazırlanan preparatlar soyuqdəymə, qankəsici, yarasəğaldıcı, ağrikəsici, qan təmizləyici vasitə kimi istifadə olunmaqla yanaşı orqanizmi mikroelementlərlə və C vitamini ilə təmin edir.

Avitaminoz və hipovitaminoz zamanı qantəmizləyici vasitə kimi istifadə edilir. Bunun üçün hər gün çiçək açan dövrdə 1 xörək qaşığı doğranmış fikariya yarpağı yeyin.

Maddələr mübadiləsinin pozuntularında, angina, dəri səpgilərində. 1 xörək qaşığı doğranmış kök və yarpaqlarından götürüb 0,5 litr çürümüş qaynar südün üzərinə töküüb qaynatmamaq şərti ilə 2 saat zəif od üzərində qızdırın və soyudub süzün. Sonra 0,5 litr həcminə gətirib gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməkdə qəbul edin.

Diatez və xəxəzir xəstəliyi zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 2 stəkan qaynar suya tökün və 2 saat su hamamında saxladıqdan sonra yarı saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı yeməyə yarı saat qalmış qəbul edin.

Qəbizlik zamanı. 1 çay qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, su hamamında 1 saat dəmləyib soyudun. Sonra alınmış dəmləmədən gündə 3 dəfə 2 xörək qaşığı yeməkdə qəbul edin.

Uzun müddət sağalmayan yaraların və kəsiklərin müalicəsində. 1 xörək qaşığı xırda hissələrə salınmış kök və yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, zəif od üzərində 20–30 dəqiqə saxlayıb, 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktla xəstə olan nahiyələri yuyun və kompres edin.

Babasil və anal dəliyi çatlamalarında. 2 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb, 1 çay qaşığı qızdırılmış kərə yağı ilə qarışdırın. Alınmış qarışıqdan götürüb xəstə nahiyəyə sürtüb 1–2 saat bağlı saxlayın.

Poliartrit və kəskin damar ağrılarında. Doğranmış kök və yarpağından götürüb 3:1 nisbətində donuz piyi əlavə edib yavaş-yavaş qarışdırın. Bircinsli məlhəmi axşamlar maz kimi ağrıyan nahiyələrə sürtün.

Stomatit, gingivit və parodontozda. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, 3–4 dəqiqə zəif od üzərində qoyub qaynadın və 1 saat dəmləyin. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə ağızınızı yaxalayın. Müalicəni halınız yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Diqqət! Hamiləlik, eləcə də uşaq əmizdirən zaman fikariya preparatlarından istifadə edilməsi məsləhət görülmür.

Sürünən qaymaqçiçək — *Ranunculus repens*

İyul ayında çay kənarlarında, çaybasar çəmənliklərdə, nəmli sahələrdə sürünən qaymaqçiçəyin yayıldığı sahələrə rast gəlmək olar. Bu sarı rəngli çiçəkləri olan, sərilon gövdəyə malik ot bitkisidir. Qaymaqçiçək zəhərli bitki olduğu üçün xalq təbabətində ondan orqanizmin xaricində baş verən

xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Bunun preparatları ən çox revmatizm, xənazir (sarıca) və malyariya xəstəliklərində işlədilir.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçək açan dövründə toplanmış otundan istifadə edilir.

Bitkidən alınan preparatların köməyi ilə antibakterial, soyuqdəymə, yarasəaldıcı, ağrıkəsicə vasitə kimi tətbiq olunur.

Qaşınma, qotur, gicişmə və dəri vərəmində. Əlavə vasitə kimi 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb ağzını qapaqla örtün, 1 saat dəmləyib süzün. Sonra aldığınız ekstraktla gündə 2–3 dəfə xəstə nahiyələri yuyun.

Diatez zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1,5 stəkan qaynar suya töküb yarım saat dəmləyin. Süzüb xəstə nahiyəni yuyun. Əməliyyatı gündə 3 dəfə təkrar edin.

Baş ağrıları zamanı. Bitkinin yaşıl hissəsindən yığıb ağrıyan nahiyəyə qoyub, yun şərflə bağlayın, 1–2 saat bu vəziyyətdə saxlayın.

Əzələ revmatizmalarında. Bitkinin yaşıl otundan götürüb azca əzib (elə etmək lazımdır ki, şirəsi dərinizə sıçramasın) ağrıyan yerin üzərinə qoyub yun şərflə bağlayın.

Damar revmatizmaları zamanı baş verən ağrıların aradan qaldırılmasında. 50 ədəd çiçəyindən götürüb 0,5 litr arağın üzərinə töküb qaranlıq və isti yerə qoyun. 2–3 həftə tez-tez çalxalamaqla dəmləyin. Süzüb axşamlar ağrıyan nahiyələrə sürün.

Səpgi və çibanların müalicəsində. Bunun üçün xəstə nahiyəni bitki yağı ilə silin. Sonra doğranmış ot hissəsindən götürüb xəstə dərinin üzərinə qoyub sarğı ilə bağlayın. Əməliyyatı gündə 2–3 dəfə təkrar edin.

Ayaq barmaqlarında əmələ gələn göbələk xəstəliyinin müalicəsində. Yaşıl bitkidən götürüb ehtiyatla həvəngdəstədə əzib sıyğını alın. Sonra əski üzərinə yaxıb xəstə nahiyənin üzərinə qoyub sarıyın. Əməliyyatı gündə 2–3 dəfə xəstə nahiyə sağalana qədər davam etdirin.

Əl və ayaq nahiyələrdə olan ziyillərin müalicəsində. Gündə bir neçə dəfə qaymaqçiçəyi sıyığını ziyil olan nahiyələrin üzərinə qoyub bağlayın və yaxud maz kimi üzərinə yaxın.

Diqqət! Bitkinin bütün hissələri zəhərli olduğundan müalicə zamanı götürülən xammalın miqdarına düzgün əməl etməyə çalışın, bitkinin şirəsindən sağlam dərinin üzərinə düşməsinin qarşısını alın.

Xaşxaş — *Papaveraceae* fəsiləsi Dəmrövotu (Ziyilotu) — *Chelidonium majus*

Xaşxaş fəsiləsi 26 cinsi, 400-dən artıq növü əhatə edərək Yer kürəsinin şimal rayonlarının mülayim və subtropik iqlimə malik zonalarında yayıl-

mişdir. Xaşxaş fəsiləsi növlərinin əksəriyyətinin tərkibində süd şirəsi vardır. Fəsiləyə daxil olan yuxu xaşxaşı çox qədim zamanlardan mədəni hala keçirilərək geniş surətdə əkilib-becərilir. Onun tərkibində çoxlu miqdarda alkaloid maddələri aşkar edilmişdir.

Bu alkaloid maddələrindən tiyək, morfin kodeksi preparatları və s. istehsal edilir. Digər xaşxaş növlərindən bəzək bitkisi kimi istifadə edilir. Fəsilənin ən qiymətli növlərindən biri də dəmrovotu və yaxud ziyilotudur.

Ziyilotu və yaxud dəmrovotu — *Chelidonium* cinsinin dünya florasının tərkibində 3 növünə təsadüf etmək olar. Bu cinsin Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda 1 növünə — *Chelidonium majus*-a rast gəlmək olar. Bu hündürlüyü 80–100 sm olub, düzduran, yuxarı hissədən budaqlanan çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları növbəlidir, 2–8 sm uzunluğunda, 5 sm enində olub üzəri qıvrım yumşaq tükcüklərlə örtülmüşdür. Çiçəkləri sarı rəngdə olub çətir formasında hamaşçiçəkdə toplanmışdır. Bitki may–iyun aylarında çiçək açır, avqust ayında meyvə verir.

Ziyilotu Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba ərazisində, Kür–Araz düzənliyində, Böyük Qafqazın qərb zonalarında, Alazan–Əyriçay sahillərində, Kiçik Qafqazın şimal və cənub ərazilərində, Lənkəranın düzən və dağlıq zonalarında yayılmışdır. Bundan başqa ona meşəliklərdə, meşə açıqlıqlarında, əkin sahələrində və zibilliklərdə daha çox təsadüf edilir. Müxtəlif ölkələrin xalqları dəmrovotuna ziyillik, ziyil, sarı südlü, qırmızı südlü, sarı süd, ilə sabunu və s. adlar verilmişdir.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin kök, ot və çiçək hissələrindən istifadə edilir.

Kimyəvi tərkibi. Bitkinin bütün hissələrinin tərkibindən, o cümlədən ot hissəsindən 0,97–1,87%, kökündən 1,9–4,14% alkaloid maddələri aşkar edilmişdir. Alkaloid maddələri aşağıdakı tərkibdən: xelidonin— $C_{20}H_{19}O_5N$, romoxelidonin— $C_{21}H_{23}O_5N$, xellritrin— $C_{21}H_{19}O_5N$, metoksuxelidonin— $C_{21}H_{21}O_6N$, oksixelidonin— $C_{20}H_{17}O_6N$, sanqvinarin— $C_{20}H_{15}O_5N$ və s. ibarətdir. Bundan başqa bitkinin otunun tərkibindən alkaloid, efir yağı, 171 mq% C və 14,9 mq%-ə qədər A vitaminləri, xelidon, alma, limon və yantar turşuları, flavonoid və saponin maddələri, toxumlarından isə 40–68%-ə qədər yağ və lipaza aşkar edilmişdir.

Farmakoloji təsiri. Sulu ekstraktı ilə dəriyə təsir etdikdə qıcıqlandırma, dəri altına yeritdikdə isə ağrı reaksiyaları əmələ gətirir. Qana yeritdikcə, döyüntülərin azalmasına və nəfəsin dərinləşməsinə səbəb olur (S.O.Çervinskiy). Dəmrovotunun alkaloidləri ağrıkəsici, bakterosid, xüsusiyyətlərə malikdir. Bunlar mərkəzi sinir sistemində sakitləşdirici təsir göstərir. Homoxelidonin kimyəvi quruluşuna görə papaverinə yaxın olub spazmatik xüsusiyyətlərə malikdir.

1893-cü ildə X.Haqer qeyd edir ki, xelidonin alkaloidi öz müalicəvi təsirlərinə görə morfini xatırladır. İbn Sina yazır ki, dəmrovotunu çeynədikdə diş ağrıları sakitləşir.

V.K.Varlıx yazır ki, müalicə məqsədləri üçün bitkidən çiçək açan zaman toplanan ot hissəsinin müalicəvi effekti daha yüksək olur. Qurudulmuş ot tərkibindəki süd şirəsinin 80%-ni itirdiyinə görə, dərman preparatlarını ancaq bitkinin yaşıl yaş hissəsindən hazırlamaq lazımdır. Bir çox tədqiqatçılar V.K.Varlıxın bu fikri ilə razılaşırlar. Alimlər qeyd edirlər ki, bitkinin otunu qurudan zaman onun tərkibindəki maddələr itmir əksinə bitkinin tərkibində pıxtalaşır və onun müalicəvi təsirini artırır. Dəmrovotunun süd formalı şirəsi dəriyə yandırıcı təsir edib, qabarlar əmələ gətirir.

Tibbdə istifadə olunması. Elmi təbabətdə dəmrovotundan hazırlanan preparatlardan sarılıq, podaqra, sidiqqovucu, zəif işlədici, mədə yaraları ağrıların sakitləşdirilməsi, yaraların, dəri xəstəliklərinin, o cümlədən də dəri vəərəmlərinin, eləcə də ziyillərin müalicəsində geniş istifadə edilir (B.Q.Volniskiyy və başqaları, 1978).

Xalq təbabətində isə dəri və qırmızı qurdeşmə — dəri vəərəminin müalicəsində hazırlanan sulu ekstraktlardan istifadə edilir. Bunun üçün 1 xörək qaşığı bitkidən götürüb 0,5 litr qaynar suyun içərisinə töküb 1 saat dəmləyib süzün. Sonra aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə yarım stəkan daxilə qəbul edin. Yerli əhali dəmrovotunun süd şirəsi çox olan yaşıl hissəsindən sulu və s. spirtli ekstrakt və cövhərlər hazırlayıb ziyil, çiban, döyənək, dəridə əmələ gələn tünd ləkələrin, eləcə də zəhərlənmə əleyhinə istifadə edirlər (A.D.Turova, 1974). Kuybişev Tibb İnstitutunun cərrahiyyə kafedrasının bir qurub alimləri dəmrovotundan hazırlanan preparatlarla müxtəlif xəstələr üzərində təcrübə apararaq belə bir nəticəyə gəliblər ki, bu preparatlarla yoğun bağırsaqda əmələ gələn şiş və ırları müalicə etmək olar.

V.İ.Zavrajnov və başqaları (1977) qeyd edirlər ki, dəmrovotunun başqa bitkilərlə qarışığı bronxial astmanı, damarlarda baş verən revmatizmi, ekzemanı, psoriazi, papilamatozanı, dodaq nahiyəsində əmələ gələn xərçəngin, parodontozun müalicə olunmasında istifadə edilir.

V.İ.Popova və başqaları yazırlar ki, dəmrovotundan alınan süd-şirə ağrıların, qara ciyər və öd yollarının, mədə və bağırsaq yaralarının müalicəsində geniş istifadə olunur.

Dəmrovotundan dərman preparatlarının hazırlanması.

Dəmrovotu cövhəri. Bunu hazırlamaq üçün bitkinin təzə otundan həm də qurudulmuş hissəsindən istifadə etmək olar. Bunun üçün kolu kökü ilə yerdən qazıb çıxarın və torpaqdan, qurumuş yarpaqlarından təmizləyib, kökü ehtiyatla yuyun. Bitkini xırda hissələrə doğrayıb, yarım litrlik bankaya töküb, üzərinə qaynar su əlavə edin və ağzını qapaqla möhkəm örtüb tam soyuyana qədər saxlayıb süzün. Sonra alınmış dəmləmədən gündə 3 dəfə

100 ml yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin. Cövhəri hər gün hazırlayıb təzə halda istifadə edin. Müalicə kursu uzunmüddətlidir. Müalicəni sağalana qədər davam etdirin. Bir həftə qəbul etdikdən sonra 2 gün fasilə verin.

Dəmrovotundan südəoxşar şirənin hazırlanması. Bunun üçün dəmrovotunu kök hissəsi ilə birlikdə qazıb çıxardın və torpaqdan təmizləyib, sakit axan suda yuyun. Sonra kökün ucunu kəsin, süd şirəsi kəsik yerdən qaba toplanmağa başlayacaqdır. Alınmış şirədən dəridə baş verən yaraların, səpgilərin, qaşınmaların üzərinə sürtüb müalicə edin. Kökün ikinci dəfə kəsilməsi 0,5–1 sm yuxarı hissəsindən aparılmalıdır. Bitkidən şirənin alınmasını südəbənzer maddənin axıb qurtarmasına qədər davam etdirin.

Dəmrovotu şirəsi. Bu üsul imkan verir ki, bitkidən dərman xammalı kimi uzun müddət istifadə edilsin.

Kökü ilə birlikdə çıxarılmış bitkini torpaq və qurumuş yarpaqlardan təmizləyib, ancaq kök hissəsini sakit axar suda yuyub bütöv halında ət maşınından keçirin. Əldə olunmuş yaş tünd-yaşıl kütləni sıxıb şirəsini çıxarın və şüşə flakonlara doldurub ağzını tıxacla bağlayıb bərkidin. Flakonu elə doldurun ki, tıxacla şirə arasında 1–2 sm məsafə qalsın. Şirəni qaranlıq yerə qoyub 1–2 gün saxlayın. Sonra tıxacı çıxarıb havanı buraxın. Bu əməliyyatı flakonda olan havanın tamamilə çıxıb qurtarmasına qədər davam etdirin. Flakonları qaranlıq və sərin yerdə saxlayın. Alınmış şirəni soyuducuda saxlamaq olmaz. Bu üsulla hazırlanan dəmrov şirəsi uzun müddət (azı 5 il) qaldıqda belə öz təsir gücünü itirmir. Havanın tam çıxıb qurtardığı halda flakonda olan qızcırma prosesi demək olar ki, tam qurtarmışdır. Bu zaman flakonda qalan şirə kəhrəba rəngində olmalıdır. Flakonun dibində çöküntü halında tünd-yaşıl kütlə əldə olunacaqdır. Dərman preparatından istifadə edən zaman elə davranılmalıdır ki, şirə çöküntü ilə qarışmasın. Alınan mazdan dəri üzərində əmələ gələn xərçəng, qırmızı qurdeşən, dəri vərəmi müalicə etmək üçün gündə 3–4 dəfə sürtmək məsləhət görülür.

Dəmrovotu dəmləməsi. Bunun üçün təzə otundan çiçəklə birlikdə 4 xörək qaşığı götürüb 6 stəkan qaynar suya töküüb, su hamamının üzərinə qoyub 5–7 dəqiqə qaynadın. 4–5 saat dəmləyib süzün. Sonra aldığınız ekstraktı gündə 3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin. Hər qəbuldan sonra 10 dəqiqə 2–3 xörək qaşığı süzgcdən keçirilmiş sıyığı yeyin. Hər həftədən bir 2–3 gün ara verib müalicə kursunu davam etdirin. Dəmrovotundan vanna düzəldib qəbul etməklə yanaşı, onunla yuyunmaq da olar.

Ekstraktın hazırlanması. Bunun üçün 5 xörək qaşığı dəmrovotunun qurudulmuş ot və çiçək hissələrindən götürüb 400 ml 40%-li etil spirtinin üzərinə töküüb, qaranlıq yerdə 10 gün saxlayın. Ekstraktı çalxalayıb süzün. Sonra alınmış cövhəri bir neçə qatdan ibarət olan tənzifə çökdürüb dəridə olan səpgi və yaraların üzərinə sürtün. Həmçinin 0,5 stəkan suya 5–10 damcı cövhər töküüb qəbul etdikdən sonra, 50 ml bağayarpağı şirəsi için.

Dəmrovotundan mazın hazırlanması. Dəmrovotundan alınmış ekstraktı götürüb 1:2 nisbətində spirt və donuz piyi ilə qarışdırıb su hamamında qızdırın. Spirt buxarlanıb qurtarana qədər saxlayın. Sonra alınan kütləni soyudub tünd şüşə bankalara doldurub saxlayın. Aldığınız mazdan dərinizdə əmələ gələn çiban, civzə və yaraların üzərinə sürün.

Dəmrovotu şirəsilə bal qarışığı. Dəmrovotu şirəsini balla bərabər 1:1 nisbətində götürüb su hamamında 60°C temperaturda qızdırın. Qızdırmanı köpük qurtarana qədər davam etdirin. Alınmış məlhəmdən dəri xəstəliklərinin üzərinə sürüb müalicə edin.

Dəmrovotu şirəsi ilə süd qarışığı. Bir xörək qaşığı doğranmış quru kök və yaxud 2 xörək qaşığı yaş kökündən götürüb 400 ml südün üzərinə töküüb zəif od üzərinə qoyun, süd yarısına kimi buxarlanana qədər saxlayın. Sonra alınmış kütləni əzib sıyıq halına salın, yenidən üzərinə süd əlavə edib 20 dəqiqə su hamamında qaynadın. Sonra tənzifdən süzün. Aldığınız məlhəmdən gündə 4–6 dəfə 2–3 xörək qaşığı süd və bitki nisbətində riayət etməklə qəbul edin.

Dəmrovotu şirəsilə vazelin qarışığı. Bu dərman preparatını iki üsul ilə hazırlamaq olar. Təzə dəmrovotu şirəsi ilə vazelinə 1:4 nisbətində götürün və yaxşı-yaxşı qarışdırıb, qaranlıq, soyuq yerdə 6–8 saat saxladıqdan sonra istifadə edin.

Qurudulmuş və toz halına salınmış dəmrovotundan götürüb 1:2 nisbətində vazelin ilə qarışdırıb 2–3 gün qaranlıq otaq temperaturunda saxlayın. Sonra aldığınız hər iki preparatdan dərinin xarici nahiyəsində əmələ gələn səpgi, çiban və yaraların üzərinə sürüb müalicə edin.

Plantazar B mazının hazırlanması. Bu preparat əczaçılıq sənayesində istehsal olunaraq müalicə üçün apteklərə göndərilir. Preparatın tərkibi: 10 q dəmrovotu tozundan, 10 q lanolindən, 0,25%-li 10 damcı karbol turşusundan ibarətdir.

Şahtərə — *Fumariaceae* fəsiləsi **Dərman şahtərə — *Fumaria officinalis***

Dünya florasının tərkibində cinsin 40-a qədər növü yayılmışdır. Şahtərə cinsinin növlərinə ən çox Şimal yarımkürəsinin Orta Aralıq dənizi ölkələrinin isti və mülayim iqlim zonalarında rast gəlmək olar. Qafqazda 8, o cümlədən Azərbaycanda 6 növünə təsadüf edilir. Bunlardan təbabətdə aşağıdakılardan istifadə edilir. Dərman şahtərə — *Fumaria officinalis*, şleyxer şahtərə — *F.schleicheri* xırdaçiçək şahtərə — *F.micrantha* və vayan şahtərəsi — *F.vaillantii*.

Şahtərənin bu növləri çox da hündür olmayan, birillik ot bitkisi olub, iki və dördqat lələkvari yayılmış yarpaqlara malikdir. Çiçəkləri salxımvari, qeyri-müntəzəmdir, kasacığın yarpağı iki, ləçəkləri dördüdü. Meyvəsi girdə

formalı, birtoxumlu fındıqçadan ibarətdir. Şahtərin bütün növləri mart-may aylarında çiçəkləyir, meyvələri may-iyunda yetişir. Şahtərə növləri birbirindən tac çiçəklərinin rənginə və çiçək kasacığının qurluşuna görə fərqlənir.

Dərman şahtərəsinin çiçəkləri qırmızıdır. Samur-Dəvəçi və Kür-Araz ovalıqlarında, Kıçık Qafqazın orta dağ qurşaqlarına qədər yayılmışdır.

Xırdaçiçək şahtərənin çiçəkləri çəhrayı rəngdə olub Muğan çöllərində geniş yayılmışdır. Azərbaycanda şleyxer, vayan və xırdaçiçək şahtərə bitkilərinin bol ehtiyatları vardır.

Dərman şahtərəsində protopin (fumarin) kriptonik-avin, kriptopin, skulerin, xelidonin, sanqvinarin, xeleritrin, homoxelidonin, tetrahidrokoptozin alkaloidləri, ritin, kversetin flavonoidləri, 2,9% aşı maddəsi, C vitamini, 4,7% qatran, fumar, yantar, qlikol, süd, alma, limon turşusuları və s. aşkar olunmuşdur.

Şleyxer şahtərəsindən alınmış alkaloidlər cəminin tərkibində protopin, fumaridin, fumarinon, fumaritin alkaloidləri müəyyən edilmişdir.

Dərman şahtərədən hazırlanan preparatlar Fransa və Braziliya dövlətlərinin I-III farmakopiyasına daxil edilmişdir. Alkaloid birləşmələrindən alınan preparatlar hipertoniya, ekzema, soyuqdəymə zamanı işlədilir. Preparatlarından Hindistanda sidikqovucu, Bolqarıstanda ağciyər və öd yolları xəstəliklərində, Balkan ölkələrində sidikqovucu, tərqovucu, tonusartırıcı vasitə kimi istifadə edilir. Bundan başqa dərman şahtərədən alınan preparatlarla bəlgəmgətirici, qarın ağrılarında, ağızdan gələn iyələrin kənar edilməsində, sarılıq, babasil, qanaxmalarda, yanıqların və dəri xəstəliklərinin müalicəsində tətbiq edilir.

Azərbaycan xalq təbabətində şahtərənin otundan sulu və spirtli ekstrat hazırlayıb «şahtərə arağı» adı ilə həm xarici, həm daxili xəstəliklərdə, irinli yaralarda, məxmərəkdə, ekzemada, ürək ağrılarında sakitləşdirici, malyariyada, həşərat sancmalarında, öd yolları xəstəliklərində, mədə ağrılarında sakitləşdirici dərman kimi, qanaxlığında, ümumi zəiflikdə işlədilir. Şahtərə otunun təzə şirəsi ateroskleroz xəstəliyində, mədə-bağırsaq, babasil və eləcə də diş ətinin skorbut xəstəliyində daxilə qəbul edirlir.

Qurudulmuş şahtərə otunu toz halına salıb, kərə yağında məlhəm hazırlayıb infeksiyalı (irinli) yaralarda, qoturluğun müalicəsində işlədirlər. Vərəm xəstəliyində şahtərə otunun sulu dəmləməsindən istifadə edilir.

Xaççiçəklilər — *Brassicaceae* fəsiləsi **Qövsvari vəzərək — *Barbarea arcuata***

Dünya florasının tərkibində vəzərək cinsinin 15-dən artıq növü yayılmışdır. Bitkinin növlərinə Avropa ölkələrinin ərəzilərində, Asiyanın müla-

yim iqlim zonalarında, Amerikanın Şimal və Cənub zonalarında təsadüf etmək olar. Vəzərəkin Qafqazda 7, o cümlədən də Azərbaycanda 4 növünə rast gəlmək olar.

Azərbaycan florasında rast gəlinən növün ən əhəmiyyətli qövsvari vəzərək hesab edilir.

Qövsvari vəzərək — *Barbarea arcuata* — ikiillik çıpaq və yaxud tükrlərlə örtülmüş ot bitkisidir. Gövdəsinin hündürlüyü 25–80 sm olub, çoxlu budaqlanandır. Zərif yarpaqları liravari iri oval və yaxud dairəvi formadadır.

Ləçəkləri sarımtıldır. Aprel–iyun aylarında çiçək açır, meyvəsi iyun–iyul aylarında yetişir.

Qövsvari vəzərəkə Azərbaycanın Quba rayonu ərazisində, Qobustanda, Kiçik Qafqazın şimal və mərkəz hissəsində, Naxçvanın dağlıq zonalarında, Lənkəranın düzən və dağlıq ərazilərində rast gəlmək olar. Buna ən çox çay kənarlarında, bataqlıqlarda, nəmli çəmənliklərdə təsadüf etmək olar.

Vəzərəkin müalicə əhəmiyyəti qədim yunan xalqlarına məlum idi. Vəzərəkdən alınan preparatlarla yaraların, epilepsiya, impotensiyanın müalicəsində, cavan yarpaqlarından müxtəlif salat növlərinin hazırlanmasında istifadə edilir.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçək və meyvə əmələ gətirən zaman toplanan çiçək, ot, meyvə, qın və toxumlarından istifadə edilir.

Vəzərəkdən alınan preparatların köməyi ilə vitamin çatışmazlığında, soyuqdəymədə, yaraların müalicəsində, sidikqovucu, qanın laxtalanmasının artırılmasında, toxumundan isə işlədici vasitə kimi istifadə edilir.

Vəzərəkdən dərman preparatlarının hazırlanması.

Avitaminozda, hipovitaminozda, xərçəng xəstəliklərinin müalicəsində, xroniki yorğunluqlarda, maddələr mübadiləsi pozuntuları zamanı. Ağır xəstəliklərdən sonra orqanizmi bərpa etmək üçün hər gün 1 xörək qaşığı doğranmış çiçək və yarpaq hissələrindən yeməyi məsləhət görürlər.

Epilepsiya, hemopatiya mənşəli insult nəticəsində baş verən paraliçin müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküb 2–3 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Suçiçəyi, ürək və böyrək çatışmazlığında, əsəb qıcıqlanmalarında. 2 xörək qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb 1,5 stəkan qaynar suya töküb termosda 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 2–3 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Kəskin uşaqlıq qanaxmalarında. 1 xörək qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb 15 dəqiqə zəif od üzərinə qoyub, qaynadın. Dəmlədikdən sonra süzüb gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər, yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Cinsi zəiflikdə. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan və yetişməmiş toxumundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 3 saat termosda dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 3–4 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Sağalmayan yaraların, kəsiklərin müalicəsində. 2–3 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynadılmış soyuq suya tökün və qaynama dərəcəsinə gətirib, soyudub süzün. Sonra alınmış dəmləmədən xəstə nahiyələri yuyun və yaxud kompres edin.

Diqqət! Vəzərəkdən alınmış preparatlar qanın laxtalanmasını artırdığına görə ondan tromboflebit və tromb əmələ gəlməyə meyilli olanların qəbul etməsi məsləhət görülmür.

İsitməotu — *Erysimum*

Dünya florasının tərkibində kələmçiçəklilər fəsiləsi 375 cinsi və 3200-ə qədər növü əhatə edib, yer kürəsinin şimal yarımkürəsinin ərazilərində yayılmışlar. Fəsilənin ən maraqlı cinslərindən biri də *Erysimum* — isitməotudur.

Cinsə 125-ə qədər növ daxildir. Bunların əksəriyyətinin tərkibində ürək qlükozidləri aşkar edilmişdir. Cinsin 33 növü Qafqazda, 20 növü isə Azərbaycan ərazisində təsadüf edilir.

Bunlardan xalq təbabətində istifadə edilənlərindən biri də *E.cheiranthoides*-dir.

Yayın əvvəllərində yamaclarda, təpəliklərdə, yol kənarlarında sarımtıl rəngli bitki görə bilərsiniz. Bu çox da hündür olmayan 2 illik ot bitkisi olub dişşəkili yarpaq və parlaq-sarı rəngli meyvədən ibarətdir.

Müalicə məqsədilə bitkinin çiçəklərindən istifadə edilir.

İsitməotundan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Stenokardiya, hipertoniya, ürək revmatizmlərində, qan dövrəni zəifləməsi, ürəkə baş verən qüsurların aradan qaldırılmasında. 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 3 stəkan qaynar suya tökün və 2 saat dəmlədikdən sonra 2–3 qat tənziyədən keçirin. Sonra gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən əvvəl qəbul edin. Bunun cövhərini də hazırlamaq olar. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan arığın üzərinə töküüb, 1 həftə ərzində cövhərini aldıqdan sonra süzün. Cövhərdən gündə 2–3 dəfə 5–10 damcı qəbul edin. Müalicə kursu 5–7 həftədir.

Nevroz və xroniki yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında. 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1,5 stəkan qaynar suya tökün və 3–5 dəqiqə saxlayıb, süzün. Gündə 1 xörək qaşığı yatmağa 1 saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 6–7 gündür.

Bronxitin, pnevmoniyanın, göyöskürəyin müalicəsində bəlgəmgətirici vasitə kimi. 1 çay qaşığı otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb soyuyana qədər saxlayıb, süzün. Gündə 2–3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 10–15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Səpgilərin, irinli şişlərin, süd vəzi xərcənginin müalicəsində əlavə profilaktik məqsədlər üçün. 2 çay qaşığı doğranmış otundan və toxumundan götürün. 1 stəkan suya töküb qaynama dərəcəsinə gətirib 10 dəqiqə qaynadın. Soyuyana qədər saxlayıb süzün. 1 çay qaşığı götürüb 2,5 stəkan qaynar suya töküb, gündə 2–3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Bundan başqa dəmləmədən kompres kimi də istifadə edin — zədələnmiş nahiyələrə qoyub 1–2 saat saxlayın. Müalicəni gündə bir neçə dəfə təkrar edin.

Diqqət! Bitki zəhərli olduğu üçün onun preparatlarından istifadə edən zaman göstərilən miqdara ciddi əməl edin. Preparatlardan miokardit, endokardit, kardioskleroz, aterosklerozun kəskin formaları zamanı qəbul edilməsi qəti qadağandır.

Turp — *Raphanus (sativus) raphanistrum*

Hələ qədim yunan botaniki Feofrast turpu Yunanıstanın ən qiymətli tərəvəzi hesab edirdi. Yunanıstanda əkilib-becərilən turpun nadir hallarda çəkisi 16 kq-a çatırdı. Qədim rus xalq təbabətində isə onun müalicəvi xüsusiyyətlərindən geniş bəhs edilir. Tərəvəz kimi istifadə edilən turpun tərkibində 9% şəkər, bitki zülalı, nişasta, sellüloza, çoxlu miqdarda yeni (100 q–60 mq%) C vitamini aşkar edilmişdir. Turpun tərkibindəki C vitamininin miqdarı limondan, portağaldan, kələmdən, pomidordan, moruqdan, qırmızı turpdakından 2 dəfə çoxdur. Turp vitaminlərlə zəngin olduğuna görə qiymətli hesab edilir. Belə ki, turpun tərkibindən, karotin birləşmələrinin — makro və mikro elementlərin xəzinası aşkar edilmişdir. Turpun tərkibindəki C vitamininin miqdarı çuğundur və soğanından 6 dəfə çoxdur. Əvvəllər rus zadəganları, keşişlər şimalın sərt şaxtalarına tab gətirmələri üçün turpdan gündəlik qidalarında çox istifadə edirdilər. Turpdan kələm kimi turşu qoyur, qurudur, üyüdüb unla qarışdırıb müxtəlif çörək növləri hazırlayırdılar.

Turp həmçinin qiymətli müalicəvi təsirə malik tərəvəz bitkisi hesab edilir. Bizə məlumdur ki, turp sıyığının balla qarışığı mədənin və bağırsaqların fəaliyyətini yaxşılaşdırır, ürəyin normal işləməsini stimullaşdırır. Turpun şirəsi bronxit, astma xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir. Bundan başqa onun şirəsi nəfəs yollarında baş verən bəlgəmlərin təmizlənilib kənar edilməsində işlədilir. Bu tərəvəz bitkisinin şirəsindən, yaşıl hissəsindən *pellagra* xəstəliyində istifadə edilir. Çünki turpun tərkibində çoxlu miqdarda kalsium tapılmışdır. Turpdan kompres məqsədilə istifadə edib donvurmanı, damar ağrılarını müalicə edirlər. Turpdan hazırlanan preparatların köməyi

ilə sidikqovucu, ağrıkəsici, soyuqdəymə xəstəlikləri müalicə edilir. Turpdan alınan dəmləmələr əsəb və ürək döyüntülərində işlədilir.

Turpdan hazırlanan müalicə preparatları.

Yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında. 2 xörək qaşığı doğranmış turpdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 10–15 dəqiqə bişirin. Aldığımız dəmləməni axşamlar qəbul edin.

Xroniki qəbizlikdə. Təzə turpdan götürüb 250 q püresini hazırlayın. Həftədə 1–2 dəfə həmin sıyıqdan yeməyi məsləhət görürlər.

Öskürək zamanı. Təzə turp şirəsini 1:1 nisbətində bal ilə qarışdırıb gündə 3–4 dəfə 1–2 xörək qaşığı qəbul edin.

Donvurma zamanı. 200 q turpun sıyığından götürüb 100 q piylə qarışdırıb su hamamının üzərinə qoyun və əridib bir-birilə qarışdırın. Aldığımız mazdan zədələnmiş nahiyənizə gündə 2–3 dəfə sürtün.

Sisit zamanı. 1 ədəd iri turpu götürüb sürtgəcdən keçirdin. Şirəsini sıxıb çıxardın, 5 dəqiqə qaynadın. Sonra süzüb gündə 2 dəfə xörək qaşığının yarısı qədər qəbul edin.

Turpdan müalicə qidalarının hazırlanması.

Buğda bişirilmiş turp. 5–6 ədəd turp, 4 xörək qaşığı bitki yağı stəkanın 1/2 hissəsi qədər su, duz, hil götürün. Turpu doğrayıb, 5 sm qalınlıqdan çox olmamaq şərtilə qaba düzüb, üzərinə bitki yağı və su əlavə edin. Sonra parda yanmasın deyə çevirə–çevirə 5 dəqiqə bişirin. Süfrəyə verməmişdən qabaq xörəyin üzərinə hil və yaxud muskat qozu əlavə edin.

Turp bişirilmişsi. Bunun üçün 6–7 ədəd turp, 1 ədəd qırmızı turp, 3 xörək qaşığı kərə yağı, 1 xörək qaşığı bitki yağı və duz götürün.

Turpu təmizləyib sürtgəcdən keçirin və duzlayıb bitki yağı əlavə edin. Turpu yuyub qurudun. Sonra duxovkaya qoyub 30–40 dəqiqə saxlayın. Hazır olan turpu təmizləyin. Sonra nazik hissələrə doğrayıb, duzlayıb, üzərinə əridilmiş kərə yağı gəzdirin. Hazır xörəyi qaba töküb, kənarlarını qırmızı turpla bəzəyib süfrəyə verin.

Gülçiçəklilər — *Rosaceae* fəsiləsi

Dərman sincanotu — *Sanguisorba officinalis*

Dünya florasının tərkibində bu cinsin 20-yə yaxın növünə rast gəlmək olar. Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda bir növü — dərman sincanotu — *Sanguisorba officinalis* yayılmışdır. «*Sanguisorba*» latınca qankəsici deməkdir.

Dərman sincanotu — hündürlüyü bir metr, odunlaşmış üfüqi istiqamətdə yerləşən kökümsova və uzun köklərə malik ot bitkisidir. Gövdəsi budaqlanan qabırğalıdır. Kökətrafi yarpaqları uzun saplaqlı, lələkvari, gövdə yarpaqları oturacaq olub 6 sm uzunluğunda uzunsov-yumurtavari, kənarları

iti dişlidir. Tünd qəhvəyi, qırmızı, xırda çiçəkləri oval və slindrik başcıqlı sünbülçiçək qrupunda toplanmışdır. Meyvəsi açıq qəhvəyi, quru toxumdan ibarətdir. İyun-avqust aylarında çiçək açır, meyvəsi avqust-sentyabrda yetişir.

Azərbaycanda Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının çəmənliklərində, Quba-Qusar zonasında yayılmışdır. Ona nəmli çəmənliklərdə də rast gəlmək olar.

Kökümsovun tərkibindən 12-13%, kökündən 16-17%, fırının tərkibindən isə 23%-ə qədər aşu maddəsi aşkar edilmişdir. Bundan əlavə kökündən 2,4% saponin, 1,8% efir yağı, kempferol, kversetin flavonoidləri, 29% nişasta, A, B, C, D, E vitaminləri və s. tapılmışdır.

Kökümsov kökünün tərkibindən 8,13%-ə qədər kül maddəsi, maq/q-la 5,80-K, 23,10-Ca, 2,90-Mg, 0,40-Fe makroelementləri, mkq/q-la 0,47-Mn, 0,03-Cr, 0,31-Al, 5,71-Ba, 0,12-V, 1,15-Ni, 6,14 - Sr, 0,06-Pb, 0,10-I mikroelementləri aşkar edilmişdir. Dərman və kosmetika sahəsində kökləri ilə birlikdə kökümsovlardan da istifadə edilir. Avqust və sentyabr aylarında kökləri torpaqdan qazılıb çıxılır, soyuq su ilə yuyulub təmizlənir və açıq havada qurudulur.

Elmi təbabətdə qurudulmuş kökümsovlardan (sulu bişirmə və spirtli duru ekstrakt halında) qankəsici dərman kimi babasil və uşaqılıq qanaxmalarında, şişlərin həmçinin, mədə-bağırsağ xəstəliklərində, dizinteriyada və kəskin xroniki enterokolitlərdə büzüşdürücü, antiseptik, iltihab və öskürək əleyhinə dərman kimi istifadə edilir.

Anginanın, gıngivitin, stomatitlərin müalicəsində də işlədilir.

Xalq təbabətində qurudulmuş köklərini və yarpaqlarını ayrı-ayrılıqda çay kimi dəmləyib qarın ağrılarında, ishalda, dizenteriyada, yuxarı nəfəs yolları soyuqdəymələrində bəlgəmgətirici vasitə kimi istifadə edirlər. Sulu dəmləməsindən uşaqılıq qanaxmalarında qankəsici vasitə kimi işlədirlər.

Kosmetika və dermatlogiya sahəsində kök, eləcə də kökümsovundan hazırlanan dəmləmə, cövhər və məlhəmlərdən irinli yaraların təmizlənməsində, vena soyuqdəymələrində, ekzema və qaşınmalarda istifadə edirlər. Başqa bitkilərlə qarışdırıb tükün dibinin möhkəmləndirilməsi məqsədilə işlədilir. Sincanotundan hazırlanan vannalardan dəriyə yaxın venaların normal hala salınmasında istifadə olunur. Dərman sincanotundan Fransa, Polşa, Bolqarıstan, Slovakiya və s. ölkələrin kosmetika sahələrində istifadə edilir.

Biz isə bitkinin kök və kökümsovlarından ilk dəfə aşu təbiətli boyaq məhlulu hazırlayıb yun və ipək məmulatlarını sarımtıl-boz, sarı, boz, bozultul-qəhvəyi, yaşımtil-boz, yaşımtil, mixəyi, qonur, tütünü, tütünü-sarı, zeytunu və s. rəng və çalarlara boyadıq.



Hind soğanı



Qarğıdalı



Qalib soğan



Quşüzümü



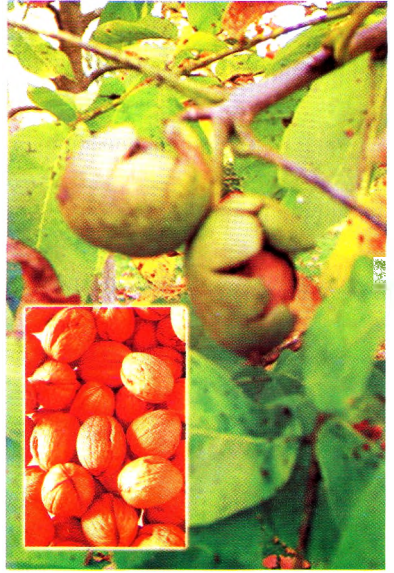
Əzvay (Aloe)



Sarı süsən



İnciçəyi



Qoz



Tozağacı



Qızılağac



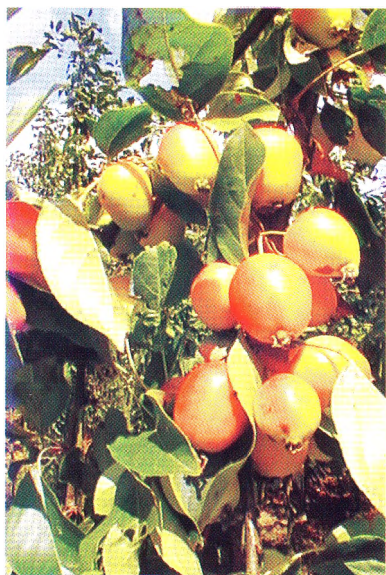
Palıd



Qarağac



İsitməotu



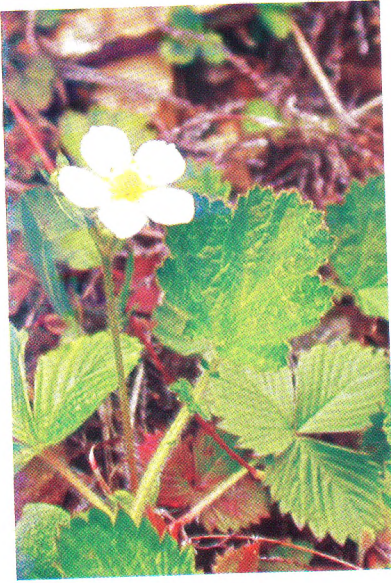
Alma



Quşarmudu



Yemişan



Çiyələk



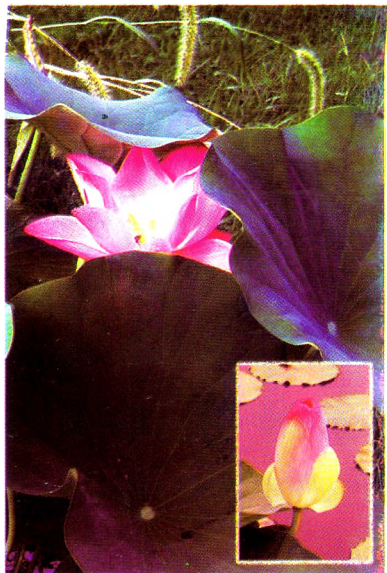
Gördəvər



Quşqonmaz



Şaxduran



Şanagülle



Kalta



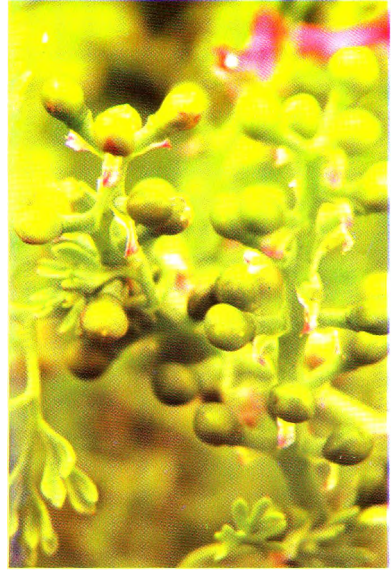
Dämrovotu



Ağəsmə



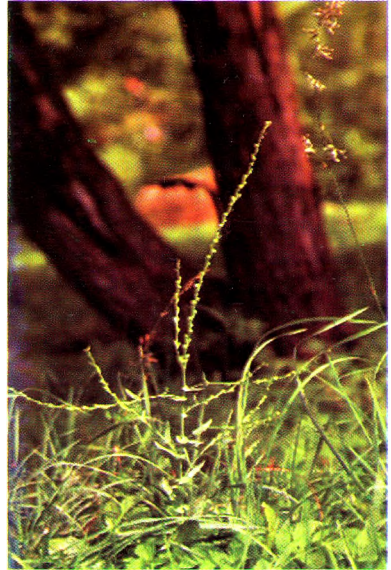
Qaymaqçiçək



Şahtərə



Vəzərək



Sincanotu



Maklyura



Gicitkən



**Bağambure
(Həmişəcavan)**



Subibəri



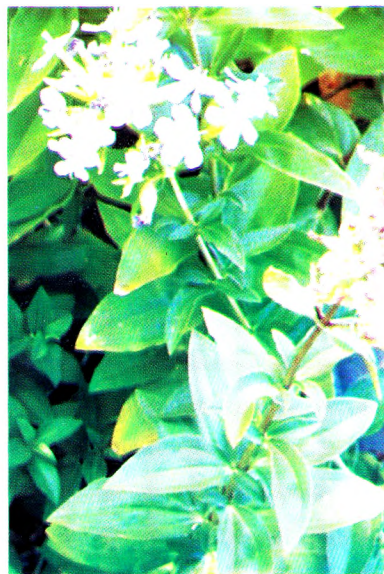
Çuğundur



Herniyar



Qərənfil



Dərman sabunotu



Göyäm



Badam



Ononis



Yonca



Gəvən



Yerfindığı



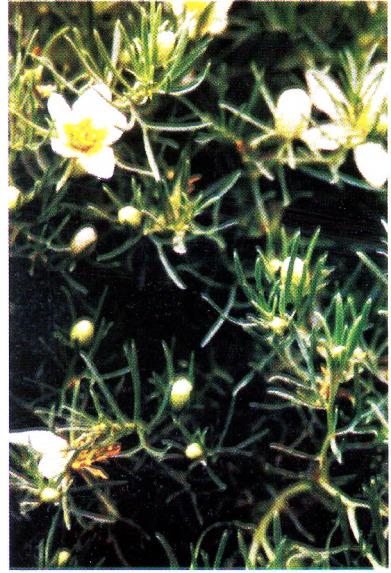
Göy noxud



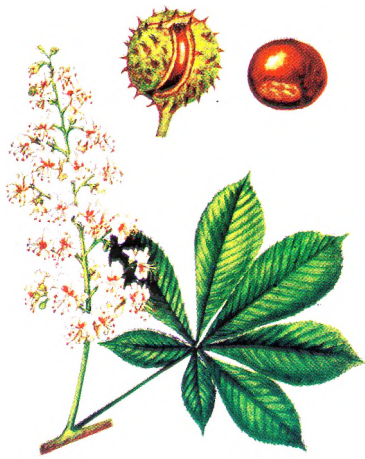
Lobyə



Şamdan gülü



Üzərlik



Aşabalıdı



Üzgəcotu



Canavargiləsi



Çaytikanı



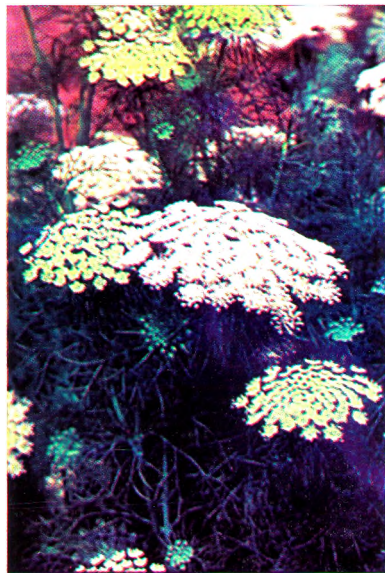
İvançay



**Zimbirtikan
(Göytikan)**



Badyan



Dişqurtlayan



Mələkotu



Rododendron



Novruzçiçəyi



Yasəmən



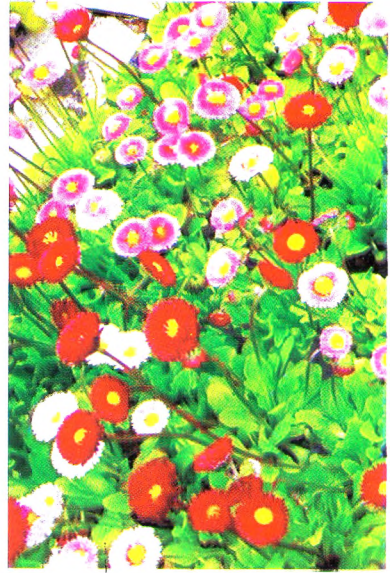
Qızılçətir



Acııçək



Zəngçiçəyi



Qızçiçəyi



Quruca



Günəbaxan



Yeralması



Yatıqqanqal



Dağtərxunu



Dəvədabarı



Dilqanadan



Boyaqotu



Başınağacı



Doqquzdon



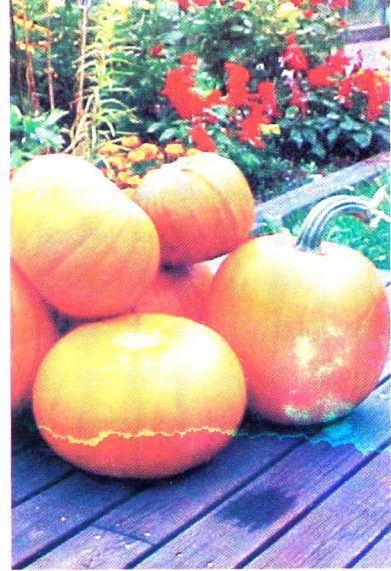
Pişikotu



Küstüşam



Yemiş



Balqabaq



Yemişan



Bozaqgülü



Mərcanotu



Bədrənc



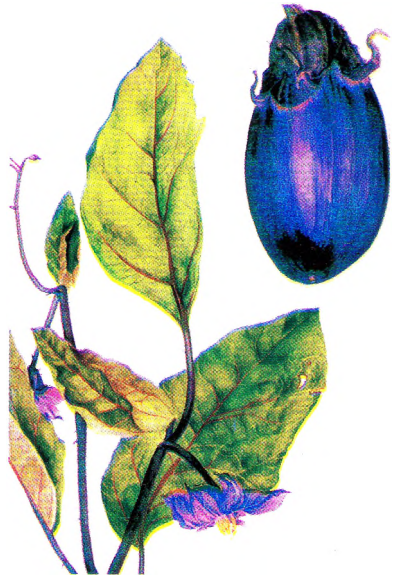
Qaraqımıq (Qara ot)



Reyhan



Kartof



Badımcan



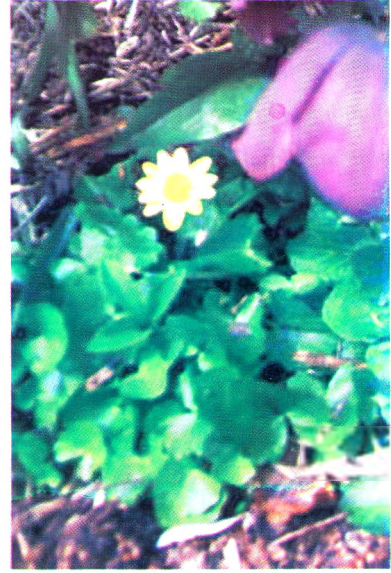
Gülümbar



Daziotu



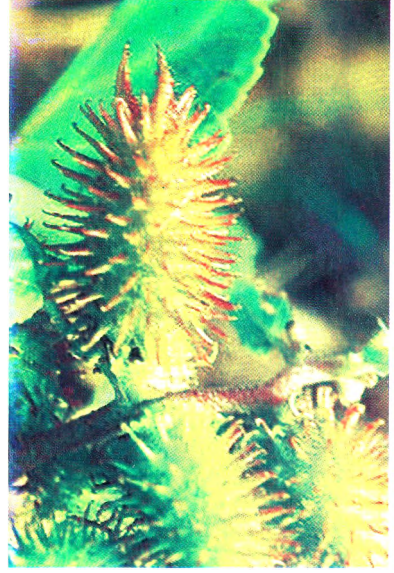
Kolvari söyüd



Fikariya



Quruçiçək (Ödotu)



Bitraq



Kök



Sabahgülü



Kərəviz



Tütəkotu



Yapon soforası



Tradeskansiya

Şərq alması — *Malus orientalis*

Dünya florasının tərkibində alma cinsinin 50-yə qədər növü yayılmışdır (A.A.Feyodorov və O.M.Pojetiko, 1954; İ.T.Vasilçenko, 1963). Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda ən çox 2 növünə rast gəlinir. Bunlar şərq alması — *M.orientalis* və ev alması — *M.domestica* növləridir. Ən geniş yayılanı şərq almasıdır. Şərq alması — *M.orientalis* kol və ağac formasında olub hündürlüyü 6–8 m, bəzən də 18 m-ə çatır. Enli çətiri, çadırvari şəkillidir. Cavan budaqları bəzən tikanlı, az və ya çox tüklüdür. Qabığı tünd qəhvəyi, yaşıl budaqlarının qabığı isə tünd boz və ya tünd qonur olub, parlaqdır, pulcuqlar şəklində qopur. Yarpaqları yumurtavari, lanset formalı və ya enli, oval şəkillidir. Çiçək qrupu 4–6 çiçəkdən ibarətdir. Çiçəkləri keçətüklüdür. Meyvələri müxtəlifformalı, əksərən dəyirmi olub, diametri 2–3 sm-dir. Ekoloji şəraitdən asılı olaraq, aprel–may aylarında çiçəkləyir, iri, ətli və şirəli meyvəsi avqust–sentyabr aylarında yetişir. Qrup halında rast gəlinən kolların və sıxlıqda bitən ağacların meyvəsi xırda, açıqlıqda tək-tək bitən ağacların meyvəsi isə bir qədər iri olur. Yetişmiş meyvələr çox müxtəlif — sarı, göyümtül, qırmızı, qırmızımtıl-ağ, qırmızı zolaqlı və ağımtıl-sarı rənglərdə olur. Şərq alması meyvələrinin dadı az şirin, turşməzə və əksər hallarda acı tamlı olur. Bəzən elə acı tamlı meyvəyə təsadüf edilir ki, acılığından yemək belə mümkün olmur. Belə almalar qurudulub qax halına salındıqda acılığı bir qədər azalır və yeməli olur. Şərq alması Azərbaycanın bütün meşə rayonlarında geniş yayılmışdır. Azərbaycanın bir sıra rayonlarında «cırtan alma»sı da məşhurdur.

Naxçıvan MR-də rast gəlinən cırtan alma diqqəti daha çox cəlb edir o, çoxlu miqdarda iri və dadlı meyvə verir.

Şərq almasının tərkibindən 2,42%-ə qədər alma, çaxır, limon xolqagen və arabin turşuları, 12%-ə qədər şəkər, pektin, aşı və boyaq maddələri, 64,2% C vitamini, karotin, B, B₂, B₆ vitaminləri, dəmir və fosfor makroelementləri, marqanes, mis, kalsium mikroelementləri, efir yağı, qabıq hissəsindən flavonoid maddələri, toxumundan 0,6% amiqdalin qlükozidi, 15%-ə qədər piyli yağ aşkar edilmişdir.

Yeyinti məqsədləri üçün şərq almasının meyvələrindən geniş istifadə olunur. Şərq almasının bəzi formalarının meyvələri şirintəhər və çox vitaminlidir. Meyvələrindən kompot, cem, povidlo, pastil, jelə, marmelad, kvas, şirə, kisel sərinləşdirici içki, şərab və s. yeyinti məhsulları hazırlanır. Qalan tullantılarından isə sirkə hazırlanır. Şərq almasının meyvələri alma turşusunun və dəmir duzunun ekstraktını hazırlamaq üçün yaxşı xammaldır. Bu ekstraktın təbabətdə böyük əhəmiyyəti vardır. Ondan qanazlığı, eləcə də xloroze xəstəliyinin müalicəsində istifadə edilir.

Alma meyvəsi həzm sistemini möhkəmləndirir. Xroniki ishal, kəskin enterit xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Almanın və ondan hazırlanan müxtəlif konserv məhsullarının ürək zəifliyinə, qanazlığına, xroniki mədəbağırsağ xəstəliklərinə, eləcə də vitamin azlığına yaxşı müalicəvi təsiri olur. Almadan ən çox xroniki qəbizlikdə istifadə edilir.

Alma meyvəsi təzə və quru (qax) halda yeyilir və uzun müddət saxlanılır. Qurutmuş üçün onu doğrayır, qaralmasını deyə duzlu suya töküüb 10–15 dəqiqə saxlayırlar. Sonra duzlu suyu süzüb, sərib qurudur, uzun müddət saxlamaq üçün şüşə qablara doldurub, sərin və kölgəli yerə qoyulmalıdır.

Almadan kosmetika sahəsində çox qədim zamanlardan istifadə edilir. Belə ki, sürtgəcdən keçirilmiş almanı piylə qarışdırıb alınan mazla dəridə olan yağları, dodaq çatlarını müalicə edirlər. Dəridə baş verən soyuqdeymələrin aradan qaldırılmasında isə alma sıyığı işlədilir. Almadan isti yaxma kimi də istifadə edilir. Süzgedən keçirilmiş sıyığı 25–30 dərəcə temperaturda qızdırıb üzün dərisinə yaxıb 15–20 dəqiqə saxladıqdan sonra yuyub-təmizləyirlər. Bu zaman sifətin rəngi şəfəqlənir (durulur), elastikliyi artır.

Kosmetoloqlar dəridə olan ziyilin müalicəsində təzə almadan istifadə edilir. Belə ki, təzə yabanı almanı dilim-dilim edib, dərinin ziyil olan hissəsinin üzərinə qoyurlar. Gün ərzində bu prosesi 6–7 dəfə təkrar etməklə müalicəni 3–4 həftə davam etdirmək lazımdır. Yarpaqlarından alınan ekstrakt tükün bərkidilməsində işlədilir. Tükün tökülməsinin qarşısını almaq üçün başı yuduqdan sonra almanın yarpaqlarından hazırlanmış dəmləməni tənzip ilə tükün dibinə çəkirlər. Biz isə şərğ almasının qabıq və yarpaqlarından boyaq ekstraktı hazırlayıb, yun ipi sarı, sarı-narıncı, yaşıl, tütünü, zeytunu, boz, qonur, açıq-qəhvəyi, tünd-qəhvəyi, şabalıdı və s. rəng və çalarlara boyadıq.

Qafqaz quşarmudu — *Sorbus caucasica*

Dünya florasının tərkibində P.M.Jukovskiye görə (1971) 80, İ.A.Qurbanov və başqalarına görə (1976) 90-a qədər növü yayılmışdır. Quşarmudu cinsinin hibrid mənşəli çoxsaylı formaları vardır (İ.N.Konovalov, 1954). V.Y.Komorov keçmiş SSRİ ərazisində quşarmudunun 34 növünə təsadüf edildiyini qeyd edir. Qafqazda quşarmudu cinsinin 20-yə qədər növü (2 növü mədəniləşdirilmişdir), Azərbaycanda isə 11 növünə rast gəlinir. Quşarmudu növlərinə ən çox yer kürəsinin mülayim şimal ərazilərində rast gəlmək olar.

Rus xalqı quşarmudu cinsini ailə xoşbəxtliyi və sevgi rəmzi kimi sevib qoruyurlar. Buna görə də hər təzə ailə quran gənclər evlərinin qabağında xoşbəxtlik rəmzi olan quşarmudu əkirlər. Orta əsrlərdə Avropa xalqları bir çox qorxunc xəstəliklərdən özlərini qorumaq üçün quşarmuduna ilahi bir qüvvə kimi səcdə edirmişlər.

Quşarmudu qiymətli qida, dərman, boyaq və bəzək təbiətli bitkilər sırasına daxildir. Bunlardan ən qiymətlişi aşağıdakılardır: Qafqaz quşarmudu — *S. caucasica* hündürlüyü 6–8 bəzən isə 15 sm-ə çatan dağınıq çətirli bitkidir. Diametri 40 sm-ə qədərdir. Yarpaqları tək-lələkvəri (11) 13–15 (19) yarpaqcıqdan ibarətdir. Çiçək qrupu çoxçiçəkli, qalxanvaridir. Çiçəkləri ağ rənglidir. May–iyun aylarında çiçək açır, avqust–sentyabrda meyvə verir, meyvələri qışda ağacların üstündə qalıb, quşların yemini təşkil edir.

Qafqaz quşarmudu Azərbaycanın Quba rayonu ərazisində və eləcə də yuxarı dağ meşə qurşağında yayılmışdır. Meşələrin kənarlarında, tarlalarda və fıstıq meşələrində rast gəlinir, tək-tək və qrup halında bitir.

Quşarmudu ağacının budaqlarında salxım formasında sallanan parlaq-qırmızı rəngli meyvələri insanları heyran edir, sanki düm ağ qarın üzərində parlaq-qırmızı rəngli şamlar yanır. Bizim babalarımız nahaq yerə deməyiblər ki, əgər siz kürəyinizi quşarmudu ağacına söykəmisizsə, deməli o öz canlı enerjisini sizə ötürəcəkdir. Quşarmudunun qabıq hissəsini erkən yazda, çiçəklərini may ayında, parlaq-qırmızı od rəngli meyvələrini isə payızın axırlarında tam yetişən zaman toplayırlar. Quşarmudunun bütün hissələri qiymətli boyaq və müalicəvi xüsusiyyətlərə malik maddələrlə zəngindir.

Quşarmudunun meyvəsinin tərkibindən 160 mq%-ə qədər askorbin turşusu, sorbin— $C_6H_8O_2$ turşusu, β -karotin— $C_{40}H_{56}$, β -karotin-epoksid— $C_{40}H_{56}O$, kruptoksantin— $C_{40}H_{56}O$, 3,18% qlükoza, 4,3% fruktoza, 0,7 saxaroza, sorboza, sorbirit, bir neçə üzvi turşular, sianin xlorid $C_{27}H_{31}O_{16}Cl$, aşı maddəsi, efir və piy yağları və s. aşkar edilmişdir.

Cədvəl 1. Bir neçə quşarmudu növ və sortlarının tərkibində olan polifenol birləşmələrinin mq%-lə miqdarı.

Növ (sort)	Katein birləşmələri	Leykoantosianlar	Antosian birləşmələri	Flavonoidlər	Aşı və boyaq maddələrinin ümumi miqdarı
Finlandiya	52	54	4,3	125	580
Nevejinski	79	89–130	7,5	66–290	660–2739
Zakovaya	36–200	30–40	190	300–455	1330–1867
Ev	660	82	0	52	660
Zikernaya	95	480	2415	2451	4357
Oranatnaya	50	180	485	500	2905
İsveçrə	59	76	İzi	64	320
Bereka	102–829	—	—	272	1080
Adi	110–140	240	230	520	1452
Qarameyvəli aroniya	280	250	500	465	2622

Quşarmudu polvitaminli bitkilər sırasına daxildir. Meyvəsinin tərkibində zəngin bioloji fəal maddələr olduğundan, seleksiya məqsədləri üçün çox yararlı hesab edilir. Giləmeyvəsinin tərkibindəki P-vitamini aktivliyinə görə mədəni halda becərilən əksər meyvə və giləmeyvəli ağac və kollar arasında birinci yeri tutur. Leventala görə Ukrayna ərazisində mədəni halda becərilən quşarmudu meyvəsinin tərkibində 620–4350 mq%-ə qədər aşı və boyaq maddəsi aşkar edilmişdir.

Cədvəldən aydın olur ki, 4 qrupda yerləşən quşarmudu meyvələrinin tərkibində katexinlər, bir neçə növünün tərkibində leykoantosian birləşmələri üstünlük təşkil edir. Meyvələri rəngli olan növ və sortlarının tərkibində isə ən çox antosion birləşmələri olduğu aşkar edilmişdir. R. Lakovayani meyvəsinin tərkibində eyni miqdarda katexin və flavonoid maddələrinin olduğu aşkar edilmişdir. Zikemaya və qranatnaya sortlarının meyvələrində isə ən çox 485 mq %-ə qədər antosian maddələri toplandığı müəyyən edilmişdir. Meyvənin tərkibindəki antosian maddələrinin miqdarının tam yetişib qurtarandan sonra daha çox toplandığı aydın olmuşdur.

Quşarmudu cinsi qarameyvəli aroniya növünün bioloji aktiv maddələr ilə zəngin olduğundan tibb və yeyinti sənayesində istifadə etmək üçün bitkidən qiymətli dərman preparatları və antosianla zəngin boyaq istehsal edilir. Aparılan texnoloji proseslər zamanı müəyyən edilmişdir ki, 1 ton qarameyvəli aroniya növündən 664 kq təbii şirə alınır ki, 0,52 %-ni flavonoid birləşmələri, 59 kq sianid tərkibli boyaq pastası təşkil edir. Bundan başqa 664 kq şirədən 97 kq quru bioflavonoid birləşmələri alınır ki, onun da 21,3 kq-nı polivitamin birləşmələri təşkil edir. Ukraynanın meşə və meşə çöl sahələrində mədəni şəkildə əkilməmiş qarameyvəli aroniya meyvəsinin tərkibindən 1210–1660 mq % aşı və boyaq maddəsi aşkar edilmişdir. Qarameyvəli aroniyanın tərkibindəki aşı və boyaq maddələrinin miqdarında bitkinin əkildiyi ərazilərin ekoloji şəraitindən asılı olaraq dəyişikliklər baş verə bilər. Məsələn Pribaltika ölkələrinin ərazilərində əkilməmiş qarameyvəli aroniya meyvələrinin tərkibindən 3400–4200 mq %-ə qədər aşı və boyaq maddəsi müəyyən olunduğu halda, Moskva ətrafında əkilməmiş bitkinin meyvələrindən isə 3917–4050 mq % aşı və boyaq maddəsi aşkar edilmişdir. və s.

Sağlamlığınız üçün təminat.

Aterosklerozun müalicəsində. 2 xörək qaşığı qurudulmuş qırmızı rəngli quşarmudu meyvəsi, 1 xörək qaşığı kənaif toxumu, 1 xörək qaşığı doğranmış çiyələk və gülümbahar çiçəyi götürün. Alınmış qatışığı 0,5 litr qaynar suya töküb 15 dəqiqə bişirin. 30–40 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Aterosklerozu qarşı profilaktika. Bunun üçün damartəmizləyici çay içməyi məsləhət görürlər. Bərabər miqdarda qurudularaq xırdalanmış qırmızı

zı rəngli quşarmudu meyvəsi, yemişan və itburnu meyvələrindən götürüb bir-biriləri ilə qarışdırın 2 xörək qaşığı qarışıqdan götürüb üzərinə 0,5 litr qaynar su əlavə edin və termosda tökün. 1–2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız bal qarışdırılan müalicəvi təsirə malik çaydan gündə 3–4 dəfə yeməkdən qabağı stəkanın 2/3 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu bir aydır.

Qastrit və mədə turşuluğu aşağı olan zaman. 5 stəkan təzə dərilmiş qırmızı rəngli quşarmudu meyvəsi, 3 stəkan şəkər tozu qarışdırıb isti yerdə 6–8 saat saxlayın, sonra orta dərəcəli odda 25–30 dəqiqə qaynadıb, süzün. Xəstəlik şiddətlənən zaman aldığınız siropdan gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən qabağı qəbul edin. Müalicə kursu 3–4 həftədir.

Babasil zamanı. 1 xörək qaşığı bal götürüb 1 stəkan quşarmudu şirəsi ilə qarışdırıb gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər 1 stəkan isti su ilə qəbul edin. Quşarmudunun lətli hissəsini götürüb tənziyin üzərinə yaxın, alt hissəsinə isə salfetka qoyub gündə 2–3 dəfə 1 saat anus dəliyinin üzərinə qoyun. Müalicə kursu 2 həftədir.

Şəkərli diabetin başlanğıcı zamanı. 1 xörək qaşığı təzə və yaxud qurudulmuş quşarmudu meyvəsi, eyni miqdarda boymadərən, 1 çay qaşığı yonca yarpağı götürün. Bu qarışıqları yaxşı qarışdırıb 0,5 litr qaynar suya töküb qabın ağzını örtün və yarım saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkdən qabağı qəbul edin. Müalicə kursu 2 həftədir.

Podaqra zamanı. 1 xörək qaşığı təzə və yaxud qurudulmuş quşarmudu meyvəsindən götürüb 1,5 stəkan qaynar suyun üzərinə töküb, 4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicəni özünüzü yaxşı hiss edənə qədər davam etdirin.

Sidik kisəsində olan daşların profilaktikasında. 1 litr quşarmudunun təzə şirəsinin üzərinə 2,5 stəkan şəkər tozu töküb zəif odun üzərinə qoyub, 20 dəqiqə bişirin. Sonra otaq temperaturuna qədər soyudun. Gündə 3 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu iki həftədən az olmamalıdır.

Böyrək xəstəliklərində. 2 xörək qaşığı doğranmış qırmızı rəngli quşarmudundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb termosda 4 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməkdən qabağı qəbul edin. Müalicəni vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Qalxanvari vəzinin normal işləməsi üçün. 2–3 xörək qaşığı təzə və yaxud qurudulmuş qırmızı quşarmudu meyvəsindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb termosda bütün gecəni dəmləyin. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməkdən qabağı qəbul edin. Müalicə kursu 1,5–2 aydır.

Qusma və toksikoz zamanı. Gündə 10–15 ədəd təzə və yaxud donmuş quşarmudu meyvəsini çeynəyib udun.

Uzunmüddətli xəstəliklə bağlı, ümumi zəiflik, tez-tez və uzunsürən başağrıları zamanı. 1 stəkan quşarmudu şirəsinin üzərinə stəkanın 2/3 hissəsi qədər əzvay şirəsi, stəkanın 1/2 hissəsi qədər isə bal və yaxud kaqor əlavə edin. Götürdiyünüz qarışıqları ehtiyatla qarışdırdıqdan sonra tünd şüşə qablara doldurub ağızını möhkəm bağlayıb soyuducuda saxlayın. Alınmış şirədən gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı yeməkdən əvvəl qəbul edin. Müalicə kursu 3–4 həftədir.

Revmatizm və şişlərə qarşı. 1 xörək qaşığı doğranmış qırmızı rəngli quşarmudu meyvəsindən götürüb 1,5 stəkan qaynar suyun üzərinə töküüb, 4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığımız dəmləmədən gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Maddələr mübadiləsinə nizama salmaq üçün. 1 stəkan qırmızı rəngli quşarmudu ilə yapon soforası meyvəsindən götürün. Meyvələri əzib narın hissələrə salıb şüşə bankaya töküüb, üzərinə 0,5 litr araş əlavə edin. Qaranlıq və soyuq yerdə 2 həftə saxlayın. Aldığınız cövhərdən gündə 2 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış bir çay qaşığı qəbul edin.

Soyuqdəymə, qrip, kəskin titrətmə zamanı.

1. 4 çay qaşığı qurudulmuş malina və 3 çay qaşığı quşarmudu meyvəsindən götürüb termosə tökün və üzərinə bir litr qaynar su əlavə edib 4–5 saat dəmləyib süzün. Alınmış cövhərdən isti halda gündə 3–4 dəfə üzərinə bal və şəkər tozu əlavə etməklə qəbul edin.

2. Eyni miqdarda quşarmudu meyvəsi, daziotu, qaraqımıq və çobanyastığı çiçəyindən götürün. Sonra qarşıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyib, süzün. Aldığınız ekstraktan gündə 4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursunu tam sağalana qədər davam etdirin.

Təngnəfəslik, depressiya, iştah pozuntularında və tonusun gücləndirilməsində enerjiartırıcı içkinin hazırlanması. Bərabər miqdarda quşarmudu ilə itburnu meyvəsindən 2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb odun üzərnə qoyub, 15 dəqiqə bişirin. Ağızını möhkəm bağlayıb, qaranlıq və soyuq yerdə 4 saat saxlayın. Sonra dəmi götürüb süzün və gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Ürək şişmələrində, miokard infarktının qarşısını alınmasında. 2 xörək qaşığı qurudulmuş quşarmudu meyvəsindən götürüb 1 stəkan isti südüün içərisinə töküüb termosda 1 saat dəmləyib süzün. Sonra aldığımız ekstraktın üzərinə bal və yaxud şəkər tozu əlavə edib gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4

hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursunu bir həftə aparın. 2 həftə istirahət verdikdən sonra müalicəni yenidən təkrar edin.

Hipertoniyanın başlanğıcı zamanı.

1. Stəkanın 1/4 hissəsi qədər quşarmudu meyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, od üzərinə qoyun və 5 dəqiqə bişirib 1 saat dəmləyib süzün. Alınmış cövhəri gündə 1 dəfə qəbul edin.

2. Başqa bir üsulla 2 xörək qaşığı qurudulmuş meyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynanmış suya töküüb termosda 15–20 dəqiqə dəmləyib süzün. Sonra dəmin üzərinə 1 ədəd limon şirəsi və 1 xörək qaşığı bal əlavə edib qarışdırın. Aldığınız ekstraktı soyuducuda saxlayın və gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Ürək fəaliyyətinin nizamlanmasında və ürək çatışmazlığının aradan qaldırılmasında. Qurudulmuş itburnu, qırmızı rəngli quşarmudu meyvəsi, başnağacı, üzüm və ərik qurusu meyvələrinin qarışığından 1 xörək qaşığı götürüb stəkanın 1/2 hissəsi qədər qaynar suya tökün. Qarışığı termosda 1 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləməyə bal qatıb stəkanın 1/4 hissəsi qədər gündə 3–4 dəfə qəbul edin. Müalicəni 2 həftə davam etdirin. Müalicəni ildə 2 dəfə təkrar edin.

Stenokardiya zamanı. Bərabər miqdarda qırmızı rəngli quşarmudu meyvəsi, itburnu, pişikotu kökü (valerian), xəşəmbül, gicitkən, yarpız yarpağı, moruq və tozağacının qurudulub xırdalanmış hissəsindən götürüb bir-birilə qarışdırın. Alınmış qarışıqdan 2 xörək qaşığı 0,5 litr soyuq suya töküüb qaynama dərəcəsinə gətirin və 5–7 dəqiqə bişirib termosda dəmləyin. Sonra dəmləmədən stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 4–5 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10–14 gündür. Müalicəni ildə 2–3 dəfə təkrar edin.

Kandidoz zamanı. 1 xörək qaşığı itburnu meyvəsini, eyni miqdarda quşarmudu və qaraqınıq otundan götürüb bir-birilə qarışdırın. Qarışığı 0,5 litr qaynar suya töküüb od üzərinə qoyub 3–5 dəqiqə bişirdikdən sonra dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı götürüb gündə 2 dəfə qəbul edin. Xoş təmli olsun deyə azca bal və şəkər tozu qarışdırın.

Anemiyada (qanazlığı). 2–4 ədəd qurudulmuş və ya təzə quşarmudu meyvəsinin qırmızı rənglisindən götürüb 2 stəkan qaynadılmış suya töküüb bütün gecəni dəmləyin. Sonra aldığınız cövhərdən stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 4 dəfə yeməyə qəbul edin.

Dəriddə baş verən qızıl yel xəstəliyində. Qan-qırmızı rəngli yemişan, mançjur araliye kolunu, qəhvəyi rəngli itburnu meyvəsini, quşarmudu meyvəsini, bağayarpağını, üçbölümlü qanqal, gülbəbahar çiçəyini bir-biriləri ilə qarışdırın və 1,5 xörək qaşığı götürüb qaynar su olan stəkana töküüb, 30 dəqi-

qə dəmləyib süzün. Sonuncu dəmləmənin üzərinə 1 xörək qaşığı bal töküüb gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu bir aydır.

Sistitin müalicəsində. 3 çay qaşığı quşarmudu meyvəsi, 1 çay qaşığı mərsin yarpağı götürüb 0,5 litr qaynadılmış suya töküüb 4 saat dəmləyib süzün. Aldığınız cövhərdən stəkanın 1/2 hissəsi qədər götürüb üzərinə 1 çay qaşığı bal əlavə edib gündə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 3–4 dəfə qəbul edin. Müalicə kursu 10–15 gündür.

Piylənmə və anemimə zamanı. Bir hissə itburnu meyvəsi və gicitkən yarpağı, quşarmudu meyvəsi götürün. Sonra bunları yaxşı-yaxşı qarışdırın. Qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 10 dəqiqə odun üzərində bişirib, 4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 3 dəfə hər dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. 3–4 həftə istirahət verdikdən sonra müalicəni davam etdirin.

Diqqət! Hərgah sizdə piylənmə prosesi hormonal pozuntuların təsiri ilə baş verərsə, onda quşarmudu ekstraktından həkimin məsləhəti ilə qəbul edin.

Kolitdən xilas olmaq üçün. Bərabər miqdarda quşarmudu meyvəsi, meşə çiyələyi yarpağı, çobanyastığı çiçəyi, mürdəşər qabığı, at əvəliyinin kök hissəsindən, keşniş, şüyüd, xəşəmbüldən götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, termosda 8 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkdən qabaq qəbul edin. Müalicə kursu 2 həftədən az olmamalıdır.

Aybaşı pozuntularında, ağır klimaksda. Stəkanın 1/2 hissəsi qədər təzə quşarmudu meyvəsindən götürüb 0,5 litr araqın üzərinə töküüb 2 həftə qaranlıq yerdə, hər gün çalxalamaqla saxlayın, sonra süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı yeməkdən qabaq qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Qəbizlik zamanı. Yaxşı yuyulmuş 5 stəkana qədər qırmızı rəngli quşarmudunu butilkaya doldurun. Butilkaya 1 qat şəkər tozu tökməklə bu prosesi davam etdirin. Sonra butilkanı tənzif ilə sarıyıb günəş vuran isti yere qoyub hər gün çalxalayın ki, sirop çıxırmasın. Üç həftədən sonra sirobu götürüb süzün, lətli hissəni açıb şirənin üzərinə 2 xörək qaşığı 70%-li spirt əlavə edin. Aldığınız spirt qarışıqlı cövhərdən acqarına yəni yeməyə 30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin. Siropu soyuq qaynadılmış su ilə də içə bilərsiniz. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Yuxusuzluq, əsəb yorğunluqları zamanı. 50 q qurudulmuş quşarmudu meyvəsi, 3 xörək qaşığı quru quşarmudu çiçəyindən, 1 xörək qaşığı qaraqı-nıq otu, 4 xörək qaşığı yarpız yarpağı götürün. Onları yaxşı qarışdırıb kağız paketə və ya şüşə bankaya töküüb qaranlıq yerdə saxlayın. Müalicə içkisini

hazırlamaq üçün yığımdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, çox da güclü olmayan odun üzərinə qoyub 5–7 dəqiqə bişirin. Soyudub yatmadan qabaq qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Öd daşları xəstəliyi zamanı. Həvəngdəstədə 1 kq təzə və ya dondurulmuş qara qarağat meyvəsini əzib, üzərinə 1 stəkan təzə quşarmudu şirəsi əlavə edin. Aldığınız sıyıq qabaqcadan sterilizə olunmuş şüşə bankaya doldurub, üzərinə 1 stəkan duru bal və təzə sıxılmış alma şirəsi əlavə edib, soyuducuda saxlayın. Məlhəmdən gündə 3–5 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 3 həftədir.

Çay və kofe əvəzi, quşarmudu və yolotu qarışığından hazırlanan içkidən qəbul edin. Bunun üçün 3 xörək qaşığı qurudulmuş quşarmudu meyvəsi və 1 xörək qaşığı doğranmış kası kökündən götürüb 1 litr qaynar suya töküüb termosda 2 saat dəmləyin. Aldığınız ekstraktan gündə 3–4 dəfə yeməkdən qabaq 1 stəkan miqdarında qəbul edin. Müalicə kursu 4–5 həftədir.

Astenik, depressiya hallarının, iştahsızlığın və tonusun artırılmasında, enerji gətirən içkinin hazırlanması. Eyni miqdarda qırmızı rəngli quşarmudu ilə itburnu meyvələrindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun və 10–15 dəqiqə bişirin. Sonra qabı möhkəm örtüb 4 saat qaralıq yerdə saxlayın. Dəmlənmiş cövhəri süzüb gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Ürək şişmələrində, infarkt və miokard zamanı. 2 çay qaşığı qurudulmuş və doğranmış quşarmudu meyvəsindən götürüb 1 stəkan isti südü üzərinə töküüb termosda 1 saat dəmləyin. Sonra dəmləmənin içərisinə zövqünüzə görə bal və şəkər tozu qatıb gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 7 gündür. İki həftə istirahət etdikdən sonra müalicə kursunu davam etdirin.

Xolesistitin kəskinləşməsində. Bərabər miqdarda quşarmudu meyvəsi, itburnu, qarğıdalı qıçası və boymadərən otundan götürüb bir-biri ilə qarışdırın. 2 xörək qaşığı qarışıqdan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub 15–20 dəqiqə bişirin. Sonra yarım saat dəmləyib süzün. Dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Xolesistitə qarşı profilaktik tədbirlər. 2 xörək qaşığı qırmızı rəngli quşarmudu meyvəsindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 10–15 dəqiqə bişirin. Sonra 2 saat dəmləyib, süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin.

Quşarmudundan kosmetik vasitələrin hazırlanması.

Saç üçün vitaminli balzam. Stəkanın 2/3 hissəsi qədər təzə qırmızı rəngli quşarmudu və ya dondurulmuş meyvədən götürüb həvəngdəstədə əzib sıyıq halına salın. Sonra üzərinə 1 stəkan kefir və çiy yumurta əlavə edin. Götürülən komponentləri bir-biri ilə qarışdırın. Aldığınız balzardan

əvvəlcədən isladılmış saçlarınıza yaxıb yumuşaq dəsmalla bağlayın. 20–25 dəqiqədən sonra saçlarınıza yaxdığımız balzamu yuyun. Əməliyyatı həftədə 1–2 dəfə, 2–3 ay müddətində yerinə yetirin.

Yağlı saçları quşarmudu ekstraktı ilə yuyun. 4 xörək qaşığı qurudulmuş meyvəsindən götürüb 0,5 litr suya töküb qaynama dərəcəsinə gətirib, 10–15 dəqiqə bişirin. 20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün və saçlarınızı şampunla yuduqdan sonra quşarmudundan hazırladığımız ekstraktla yaxalayın. Hərgah sizin saçlarınızı açıqdırsa onda qarışığın tərkibinə 3 xörək qaşığı çoban yastığı əlavə edin. Müalicə kursu 10–12 əməliyyatdan ibarətdir.

Quşarmudu buzu. Quşarmudu şirəsini 1:1 nisbətində soyuq su ilə qarışdırıb forma halına salın və soyuducuya qoyun. Dondurulmuş kubiklə səhər axşam sifətinizi silin.

Piyli dəri üçün losyon. 2 xörək qaşığı quşarmudu, limon cəfəri şirəsi götürüb 4 çay qaşığı araç əlavə edib istifadə edin.

Yumurta ağına 1 xörək qaşığı quşarmudu şirəsi ilə zəif spirt və kanforanı qarışdırıb istifadə edin.

Quşarmudundan alınmış losyon bütün dərilər üçün yararlıdır. 1 xörək qaşığı quşarmudu şirəsi, 1 çay qaşığı qliserin və zəif spirt götürün. Sonra 1 stəkan qaynar suya əlavə edib, qaranlıq yerdə bir həftə dəmləyib soyuducuda saxlayın. Aldığınız losyonla sifətinizi səhər və axşam 2 dəfə silin.

Vitaminli $C_{40}H_{56}O$, gecə kremi. 2 xörək qaşığı quşarmudunu ehtiyatla əzib sıyıq halına salın. Sıyıqın üzərinə təzə yumurta sarısı, 1 çay qaşığı bal, 1 çay qaşığı bitki yağı və 1 xörək qaşığı kamfora spirti əlavə edib qarışdırın. Aldığınız kremdən sifətinizi yuduqdan sonra səhər və axşam çəke bilərsiniz. Bu krem çox keyfiyyətli olub üz dərisini yaxşı qidalandırır, kiçik qırışıqları aradan qaldırır.

İstənilən dərilər üçün zəngin qida keyfiyyətinə malik maska-kremin hazırlanması. 2 xörək qaşığı təzə və ya dondurulmuş qırmızı rəngli quşarmudunu taxta həvəngdəstədə əzib, üzərinə xama və ya duru bal əlavə edin. Aldığınız qarışıqdan sifətinizə yaxıb 10–15 dəqiqə saxladıqdan sonra isti su ilə yuyun. Əməliyyatı həftədə 2–3 dəfə təkrar edin. Müalicə kursu 1–2 aydır.

İstənilən dəri üçün vitaminli kremin hazırlanması. Quşarmudundan hazırlanmış sıyığa azca bal qatıb qalın qatla sifətinizə, boyun nahiyələrinizə yaxın. 10–15 dəqiqədən sonra sifətinizi və boynunuzu isti su ilə yuyun. Əməliyyatı həftədə 1–2 dəfə yatmazdan qabaq təkrar edin. Müalicə kursu 10–12 əməliyyatdan ibarətdir.

Quşarmudu meyvələrini həvəngdəstədə əzib sıyıq halına salıb dərinizə və boyun nahiyənizə yaxın 10–15 dəqiqədən sonra təmizləyib yuyun. Əməliyyatı həftədə 2–3 dəfə yatmazdan əvvəl edin. Müalicə kursu 1 aydır.

Solmuş, tərəvətinə itirmiş dəri üçün krem hazırlanması. 1 ədəd yumurta sarısı, 1 çay qaşığı təzə quşarmudu şirəsi, bal, yaxşı olar ki, 1 çay qaşığı zeytun yağı götürüb, qarışdırın. Qabaqcadan para verib, təmizlənmiş sifətinizə yaxın. Sonra qabaqcadan hazırlanmış cökə ekstraktı ilə yuyub-təmizləyin. Əməliyyatı həftədə 1–2 dəfə aparmaq şərti ilə 2–3 ay müddətində davam etdirin.

Çəhrayı civzələr üçün maskanın hazırlanması. 1 çay qaşığı təzə quşarmudu şirəsinin tərkibinə yumurta zülalı əlavə edib, sonra hazırladığınız məmulatı qabaqcadan yuyub təmizlənmiş sifətinizə, dərinizə yaxıb 15–20 dəqiqə saxladıqdan sonra isti su ilə yuyun.

Quru dəri üçün qidalı krem hazırlanması. 1 xörək qaşığı təzə quşarmudu sıyığı, 1 xörək qaşığı kərə yağı, 1 çay qaşığı bal və təzə yumurta sarısı götürün. Bütün komponentləri bir-biri ilə qarışdırın. Əldə etdiyiniz kremdən götürüb qabaqcadan yuyub-təmizlədiyiniz sifət və boyun dərinizə nazik qatla sürün. 20–30 dəqiqədən sonra kremi salftka ilə silib-təmizləyin. Əməliyyatı həftədə 2–3 dəfə təkrar edin. Müalicə kursu 1,5–2 aydır.

Yağlı dəri üçün maskanın hazırlanması. 2 xörək qaşığı kefir, 1 xörək qaşığı qırmızı quşarmudu şirəsi götürüb yaxşı-yaxşı qarışdırın. Aldığınız qarışıqdan götürüb sifətinizə yaxıb 20 dəqiqə saxladıqdan sonra soyuq su ilə yuyub təmizləyin. Əməliyyatı həftədə 2 dəfə aparın. Müalicə kursu 1,5–2 aydır.

Sifətdə olan çillərin aparılması üçün maskanın hazırlanması. 1 xörək qaşığı təzə quşarmudu meyvəsindən hazırlanmış sıyıqdan götürüb orta böyük ölçülü kökdən hazırlanmış sıyıqla qarışdırın. Sonra aldığınız qarışıqdan götürüb sifətinizə yaxın. 10–15 dəqiqə saxladıqdan sonra isti su ilə sifətinizi yuyub-təmizləyin. Əməliyyatı səhər və axşam etməklə davam etdirin.

Ziyilin müalicəsində. Gündə 4–5 dəfə yatmadan qabaq quşarmudu meyvəsini ziyilin üstünə sürün.

Quşarmudundan ləzzətli qida məhsullarının hazırlanması. Qırmızı quşarmudu meyvəsi nəinki xeyirlidir, həm də təkrar olunmaz xoş tamlı dada malikdir. Bunun meyvəsindən istənilən dadlı xörəklər, spirtsiz içkilər, mürəbbələr, kompot, likör və s. məhsullar almaq olar.

Quşarmudu mürəbbəsi. Quşarmudunun təzə meyvəsindən 1 kq götürüb (meyvəni ilk şaxta düşən zaman toplamaq lazımdır) saplağından təmizləyib, üzərinə soyuq su əlavə edib, soyuducuda 1 gün saxlayın. Bundan sonra meyvəni götürüb süzəcə töküüb bir neçə dəfə soyuq su ilə yuyun və 6 stəkan su qatıb şirəsini hazırlayın. 12–14 saat soyuducuda saxlayın. Sonra götürüb orta dərəcədə yanan odun üzərinə qoyub qaynama dərəcəsinə gətirib 30–35 dəqiqə bişirin. Bişirməni sirop qatılana və meyvəsi parıldayana qədər davam etdirin. Hazır mürəbbəni isti yerdə 10–12 saat saxladıq-

dan sonra bankalara doldurun. Aldığınız mürəbbədən ürək-damar xəstəliyindən əziyyət çəkən xəstələrə vermək məsləhətdir. Bundan başqa tez-tez zökəm və digər virus təbiətli xəstəliklərin qarşısını almaq üçün quşarmudu mürəbbəsi qəbul etmək məsləhət görülür.

Quşarmudu kvası. 1 kq (təxminən 7 stəkan) quşarmudu meyvəsindən, 2 stəkan şəkər tozu, 4 litr su və 10 q tez həll olan maya götürün. Meyvəni yuyub bir neçə dəqiqədən sonra qaynar suya töküb süzgedən süzün. Alınmış meyvəni şəkər tozu ilə qarışdırıb üzərinə 4 litr su əlavə edib qaynama dərəcəsinə qədər gətirib 10–15 dəqiqə bişirin. Süzüb üzərinə şəkər tozu, maya əlavə edib qarışdırın. Butikalara doldurub soyuducuya qoyun və 3 gün saxlayın. 3 gündən sonra götürüb hazır kvasdan istifadə edə bilərsiniz. Bu cür içki susuzluğun qarşısını alır.

Quşarmudu ilə bal qarışığı. 1 kq tətə quşarmudu meyvəsi ilə bal götürün. Quşarmudunu yuyun və əzib yumuşaldaraq quruducu piltəyə qoyun. Sonra emal və yaxud mis qazana töküb üzərinə əridilmiş bal əlavə edib, qatılana qədər qaynadın. Şirin kütləni əvvəlcədən sterilizə olunmuş bankalara doldurub 1–2 saat saxlayıb, soyuducuya qoyun.

Quşarmudundan kiselin hazırlanması. 2 xörək qaşığı quşarmudu şirəsi, 1 xörək qaşığı şəkər və ya nişasta tozu götürüb 0,5 litr suya töküb qarışdırın və qaynama dərəcəsinə gətirin, soyudub istifadə edin. Bundan mədəbağıracaq və dizenteriya əleyhinə istifadə etmək olar.

Quşarmudundan konfetin hazırlanması. 2 stəkan quşarmudu, 1 yumurta ağı, 150 q şəkər tozu, 1 xörək qaşığı limon şirəsi götürün. Yumurta ağını şəkər tozu ilə qarışdırıb üzərinə limon turşusu əlavə edib qatılana qədər qarışdırın. Aldığınız kütlədən götürüb içərisinə bir neçə quşarmudu meyvəsi əlavə edin və şirniyyatı taxtadan düzəldilmiş lövhələrin üzərinə sərib qurudun.

Quşarmudundan pürenin hazırlanması. 1 kq quşarmudu, 40 q duz, 2 litr su götürün. Quşarmudu meyvəsini 2%-li duzlu məhlulda bişirib, süzgedə tökün üzərinə soyuq su töküb yuyun. Süzgedən keçirib, bankalara doldurub 15–20 dəqiqə sterilizə edin və ağzını bağlayıb qaranlıq yerdə saxlayın. Yeri gəldikcə istifadə edin.

Quşarmudu ilə alma qarışığından pavidlanın hazırlanması. 1 kq quşarmudu püresi, 5 kq alma püresi, 4 kq şəkər tozu götürün. Götürdüyünüz komponentləri bir-biri ilə qarışdırıb zəif od üzərinə qoyub pavidla hazır olana qədər bişirin.

Quşarmudu şirəsinin hazırlanması. 2 kq quşarmudu, 2 litr su götürün. Təmiz yuyulmuş quşarmudunun üzərinə su əlavə edib yumuşalana qədər bişirib, süzgedən keçirib şirəsini alın. Sonra yerdə qalan lətli hissəsini sıxıb şirəsini çıxarıb, birinci dəfə aldığınız şirənin üzərinə əlavə edin və qabaq-

cadan sterilizə edilmiş bankalara doldurub ağzını bağlayın. Yeri gəldikcə istifadə edin.

Quşarmudundan jelinin hazırlanması. 1 kq quşarmudu, 2 stəkan su, 100 q şəkər tozu götürün. Seçilib ayrılaraq, yuyulmuş quşarmudu meyvələrini duzlu suda pörtlədikdən sonra üzərinə su töküüb yuyun. Pörtlədilmiş meyvəni 2 stəkan suya töküüb bişirin. Əzib sıyıq halına salınmış kütləni tənzifdən və ya möhkəm parçadan süzün və alınan kütlənin üzərinə şəkər tozu töküüb qatılaşana qədər bişirin.

Şəkər tozu qarışdırılmış quşarmudu dondurması. Quşarmudu giləmeyvələrini salxımdan ayıraraq, yuyub üzərinə şəkər tozu əlavə edib tabağa sərib şaxtaya verin. Aldığınız dondurmanı çay və çaxırla süfrəyə verin.

«Qızıl payız» vitaminli içkinin hazırlanması. 2 xörək qaşığı qurudulmuş quşarmudu meyvəsi, 2 xörək qaşığı qurudulmuş itburnu meyvəsi, 1 litr su, 50 q şəkər tozu götürüb qarışdırın və 10 dəqiqə qaynadın. Sonra süzüb soyuducuya qoyun.

Quşarmudundan plastil hazırlanması. 1 kq quşarmudu, 600 q şəkər tozu götürün. Quşarmudu giləmeyvəsini 10 dəqiqə qaynadıb, süzgəcdən keçirin. Şəkər tozu ilə qarışdırıb 1–1,5 sm qalınlığında tabağın üzərinə sərib peçdə və ya plitədə qoyub aşağı temperaturda qurudun.

Biz isə ilk dəfə olaraq adı quşarmudu kolunun yarpaq və qabıq hissələrindən boyaq xammalı toplayıb yun ipi sarı, sarımtıl-narıncı, narıncı, narıncı-qonur, qırmızımtıl, qırmızımtıl-boz, qonur-kərpici, qonur-mixəyi, zeytunu, yaşımtil, açıq-qəhvəyi, tünd-qəhvəyi və s. rəng və çalarlara boyamağa nail olduq.

Yemişan — *Crataegus*

Yemişan çox polimorf olub dünya florasının tərkibində 100-dən artıq növünə təsadüf edilir.

Yemişan növləri əsasən Avropa, Asiya, Şimali Amerika ölkələrinin mülayim, az hallarda isə subtropik ərazilərində yayılmışdır. Yemişan növlərinin əsl vətəni Şimali Amerikanın şərq sahillərində yerləşən Yeni Faulendən başlayıb Şimali Meksikanın dağlıq zonaları hesab edilir.

Yemişanın paleobotaniki tədqiqatları ilə məşğul olan alimlər cinsin təbaşir dövründə əmələ gəldiyini qeyd edirlər (Rusanov, 1965; Sinovski, 1971). Alimlərdən A.Redder, V.Bin (A.Redder, 1949; W.Bean, 1950) və başqaları yemişan cinsinin təkcə Şimali Amerika ərazilərində 1000-ə qədər növünün yayıldığını qeyd edirlər. O.M.Poletika (1954) bunların 1125 növünün Amerika ərazilərində təsadüf edildiyini göstərir. Lakin bir sıra Amerika tədqiqatçıları uzun müddət yemişan cinsini tədqiq edərək belə nəticəyə gəlmişdirlər ki, Amerika ərazisində 1000 növə qədər yox, cəmi 100 növ

yemişan yayılmışdır. Qalan yemişanlar növ deyil, onun formalardır (Palmar, 1946; Briton and Brown, 1952, Kruschke, 1965). Amerika alimlərinin bu fikirlərini F.H.Rusanov (1965), V.N.Qladkova (1970), X.E.Esenova (1974) və başqa tədqiqatçılar da təsdiq edirlər.

Azərbaycan florasında yayılan yemişan növləri ilə məşğul olan bir sıra tədqiqatçılar belə bir fikir irəli sürüdürlər ki, respublikamızın ərazisində ancaq 9 növ yemişana rast gəlmək olar. Lakin b.e.n. T.Qasımovaya uzun müddət apardığı gərgin elmi-tədqiqat işlərini yekunlaşdıraraq ilk dəfə elmi əsaslarla göstərdi ki, Azərbaycan florasının tərkibində 9 yox, 18 növ yemişan yayılmışdır. Yemişan 3–5, bəzən 10–15 m olan ağac və ya kollardır.

Çətiri kürəvari və ya yumurtavari, bəzən asimmetrikdir. Budaqları möhkəm, düz və bir qədər əyri-üyrü, bəzi hallarda sallaq olur. Tumurcuqları yumurtavari, dəyrmi və yaxud konusvaridir. Yarpaqları növbəli, adətən dilimli və ya bölümlü dişvaridir. Nəzəri cəlb edən ağ rəngli kəskin iyli çiçəkləri budaqların ucunda yerləşir. Meyvələri ətli olub, sarımtıl, çəhrayı, qırmızı, ağımtıl-qırmızı və qara rəngdə olur. Bitki may ayında çiçək açır, meyvələri avqust–sentyabrda yetişir.

Azərbaycanda yayılan yemişan növlərinin əksəriyyəti işıqsevəndir, şaxtaya davamlıdır, torpağa az tələbkardır. Yemişan növləri əsasən açıq yerlərdə, meşələrin kənarlarında, sıx kollu yerlərdə, habelə meşələrdə yayılmışdır. Yemişan Azərbaycanın demək olar ki, bütün zonalarında, əsasən vadi və dağətəyi meşələrində, həmçinin dağ meşələrinin aşağı və orta qurşaqlarında rast gəlinir. Naxçıvan MR-da isə hətta yüksək meşə qurşağında bütöv halda yemişan, palıd meşələrinə təsadüf olunur.

Yemişanın Azərbaycanın Samur–Dəvəçi ovalıqlarında, Şamaxı, Ağsu, İsmayilli, Qax, Şəki, Zaqatala, Balakən, Quba, Qusar, Tovuz, Şəmkir, Zəngilan rayonlarının meşələrində, Naxçıvan MR-da, Qarabağda, Kəlbəcər, Gədəbəy, Xanlar və s. rayonların ərazilərində böyük ehtiyatı vardır.

Yemişan qiymətli dərman, qida, boyaq, nektar, texniki və bəzək üçün yararlı bitkidir.

Dərman məqsədilə yemişanın çiçəklərindən və meyvələrindən istifadə olunur. Çiçəklərini may ayında, meyvələrini isə avqust–sentyabrda, tam yetişəndə yığırlar. Çiçəklərini meh əsən kölgəli yerdə, meyvələrini isə 55–60°C temperaturada xüsusi quruducularda qurudurlar. Çiçəklərinin və meyvələrinin tərkibində bir sıra müalicə əhəmiyyətli bioloji fəal maddələr aşkar edilmişdir. Bunlardan flavonoidləri, qartequs, qəhvə və xlorogen turşularını, efir yağını, askorbin turşusunu, karotini (provitamin A), riboflavini, B₂-ni, B vitamin qrupunu, PP vitaminini, üzvi turşuları, şəkəri, proteini, boyaq və aşı maddələrini, bir sıra alkaloid birləşmələrini və s. göstərmək olar. Yarpaq və çiçəklərinin tərkibindən viteskin, saponarefin, orientin, homoorientin, ramnozid, 30–38%-ə qədər yağ aşkar edilmişdir.

Bundan başqa yemişanın çiçəklərinin tərkibindən 7,69% kül, mq/q olmaqla K-32,10, Ca-11,80, Mg-3,40, Fe-0,2 makroelementləri, mq/q olmaqla Mn-0,28, Cu-0,35, Zn-0,35, Co-0,18, Mo-7,00, Cr-0,01, Al-0,12, Ba-0,42, Se-10,00, Ni-0,34, Pb-0,07, I-0,06, B-77,20 mikroelementləri aşkar olunmuşdur. Meyvələrinin tərkibindən isə 2,73% kül, mq/q olmaqla K-13,10, Ca-3,00, Mg-1,00, Fe-0,04 makroelementləri, mq/q olmaqla Mn-0,04, Cu-0,29, Zn-0,07, Co-0,37, Cr-0,01, Al-0,03, Se-11,80, Ni-0,10, Sr-0,06, Pb-0,05, I-0,06, B-2,00 mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Yemişanın çiçək və meyvələrindən hələ çox qədim zamanlarda ürək və əsəb sistemlərinin müalicəsində istifadə olunmuşdur.

Rəvayətlərin birində deyildiyinə görə yeni eranın I əsrində Klavdinin imperatorluğu zamanı məşhur həkim Dioskrid Böyük Qafqaz dağlarının cənub ətəklərinə səyahətə çıxır. O, səyahət zamanı qalın meşələrin birində azır. Acından ölməmək üçün meşədə qaldığı 41 gün ərzində qara yemişanın meyvələri ilə qidalanır. Həkimin ürəyi anadangəlmə xəstə imiş. O, qara yemişanla qidalandığı zaman özünü yaxşı və gümrəh hiss edir. Alim uzun müddət ona ağrı və əziyyət verən ürək ağrılarından birdəfəlik canını qurtarır. Yemişanın müalicəvi xüsusiyyətini təcrübədən keçirən Dioskrid yemişan meyvələrindən yığıb aparır. O zamanlar Klavdinin qızı ürək xəstəliyindən əziyyət çəkirdi. Dioskrid imperatorun qızını yemişanla müalicə edir, çoxlu hədiyyə və xələt alır.

Xalq bayatılarında yemişanın müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında maraqlı fikirlərə rast gəlinir:

Əziziyəm yemişan,
Yemi şirin, yemişan.
Sağalmışam durmuşam,
Yaşa səni yemişan.

XVIII əsrin sonlarında yemişanın çiçək və meyvələrindən hazırlanan dəmləmə və cövhərlərlə ürək-damar və əsəb pozuntularının müalicə edilməsi haqqında bilgilərə rast gəlirik. Xalq təbabətinin öyrənilməsi nəticəsində müəyyən edilmişdir ki, Azərbaycan, Özbəkistanda, Ukraynada, Belorusda, Orta Volqa sahillərində, Sibirdə bir çox yemişan növlərindən alınmış preparatlar (meyvə və çiçəklərinin duru ekstraktı və dəmləməsi) mərkəzi sinir sisteminin qıcıqlanma qabiliyyətini zəiflədir, ürək və beyin damarlarında qanın hərəkətini sürətləndirir, taxikardiya, aritmiya, ürək nahiyəsində olan xoşagəlməz ağrıları yox edir, qan təzyiqini aşağı salır, yuxunu, orqanizmin ümumi vəziyyətini yaxşılaşdırır. Dərman bitkilərinin müalicəvi xüsusiyyətlərini tədqiq edən görkəmli alim N.Kovalyeva yemişanın meyvə və çiçəklərindən ayrılıqda və yaxud başqa bitkilərlə birlikdə qarışığını hazırla-

yıb hipertoniyanın, aterosklerozun, ürək xəstəliklərinin müalicəsində müvəffəqiyyətlə istifadə etmişdir.

Azərbaycanda yayılan bir neçə yemişan bitkisinin meyvələrinin müalicəvi xüsusiyyətləri tibb elmləri doktoru, professor D.Hüseynov tərəfindən öyrənilmiş və bu meyvələrdən hazırlanan duru spirtli ekstraktın ürək-damar sisteminə gözəl təsir göstərdiyi müəyyən edilmişdir.

Hal-hazırda yemişanın meyvə, çiçək və yarpaqlarından bir sıra preparatlar hazırlanıb (dəmləmə, cövhər, məlhəm, balzam, yağ və s.) ürək pozuntularında sakitləşdirici və tənzimləyici, qan təzyiqini azaldan dərman kimi geniş istifadə olunur. Yemişanın dəmləmə və cövhərindən südü az olan körpə uşaqlı analara verilir. Çiçək və meyvələrindən kardiovalen preparatı alınır ki, bu preparatdan da əsəb sisteminin sakitləşdirilməsində, qan təzyiqinin nizamlanmasında və ürək xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir. Bundan başqa, yemişan növlərinin cavan budaqlarının qabıqlarından hazırlanan cövhərlə qarın yatalağı müalicə olunur. Yemişan preparatlarından beyin damarlarının nizamlanmasında, qanda xolestrinin aşağı salınmasında, ürək-damar xəstəliyi nəticəsində baş verən yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında geniş istifadə edilir.

Azərbaycanda yemişan növlərinin meyvə və çiçəklərindən alınan cövhərdən qan damarlarının genişləndirilməsində işlədilir. Almaniyada yemişandan hazırlanan dərman preparatları ilə zəifləmiş ürək-qan damarlarının müqavimətini artırır və ürək-qan dövrəsinə nizama salırlar.

Fransada yemişanın yarpaq, çiçək və meyvələrindən hazırlanan maye formalı preparatlardan sinir xəstəliklərində, ürək nevrozlarında və qan təzyiqi xəstəliklərində istifadə edilir.

Yemişan bitkisinin meyvə və çiçəklərindən hazırlanmış preparatların ən mühüm xüsusiyyətlərindən biri də onları uzun müddət qəbul etdikdə orqanizmə mənfi təsir göstərməməsidir.

Yemişanın meyvələri təzə və yaxud şəkərləşdirilmiş halda həvəslə yeyilir. Tərkibində çoxlu pektin maddələri var.

Diqqət! Yadda saxlamaq lazımdır ki, təzə halda meyvənin çox yeyilməsi başgicəllənməsinə, ürək bulanmasına, ağızda suyun axmasına, həzm, əsəb və ürək-damar sisteminin pozulmasına gətirib çıxara bilər. Avstraliyada yemişan növlərinin meyvə və çiçəklərindən alınan cövhər qan damarlarının genişləndirilməsində tətbiq olunur.

Azərbaycan və Orta Asiya xalqları yemişanın şərqi və pontika növlərinin iri və ətli meyvələrini qurudaraq üyüdüüb un şəklinə salır, buğda ilə qarışdırıb xəmir hazırlayır və ondan meyvə iyi verən şirintəhər çörək növləri bişirirlər. Yemişanın iri, ətli meyvələrindən kisel, mürəbbə və kompot hazırlanır. Bundan başqa yemişan meyvələrindən qəhvə surroqatı, həmçinin cavan yarpaqlarından xoş təmli və yorğunluğu götürən göz oxşayan rəngə ma-

lik çay içkisi hazırlanır. Arıçılığın inkişafında yemişanın əvəzsiz rolu vardır. Bu bitkinin çiçəklərindən yazda arılar toz və nektar yığırlar. Yemişanın çiçəkləməsi (5–10 may) arıların intensiv sürətdə çoxaldığı dövrə təsadüf edir.

Yemişan meyvəsinin 80%-ni təşkil edən lətli hissəsi şirintəhər, xoş ətirli iyə malik olub, çiyələk və alma iyini xatırladır. Onun tərkibində 14–18% şəkər, 0,77% üzvi turşular olur. Meyvə qabığı çox incə və nazik olmaqla, məhsuldar illərdə bir ağacdən 20–30 kq, hətta bəzi illərdə 50 kq meyvə toplamaq olur.

Aparılan tədqiqatlar zamanı məlum olmuşdur ki, yemişanın meyvələri yetişməyə başladığı dövrdən onların tərkibindəki flavonoid maddələrinin miqdarı tədricən artmağa başlayır. Meyvələrin tərkibindəki flavonoid maddələrinin toplanma dinamikası aşağı temperaturda azalır, temperatur artdıqca çoxalmağa başlayır.

Azərbaycan florasının tərkibində yayılan bir neçə yemişan növlərinin yarpaq, çiçək və meyvələrinin tərkibindəki flavonoid maddələri ilk dəfə prof.D.Hüseynov tərəfindən öyrənilmişdir. Aparılan tədqiqatlar nəticəsində yemişan meyvələrinin tərkibində 420 mq%-dən 1540 mq%-ə qədər aşı və boyaq maddəsi aşkar edilmişdir. Quru günəşli günlərdə yemişanın meyvələrinin tərkibində olan aşı və boyaq maddələrinin miqdarı artır.

Analizlər zamanı aşkar olunmuşdur ki, yemişan meyvələrində şəkərin miqdarı ən çox meyvə tam yetişən zaman toplanır. Yemişanın meyvələrinin tərkibində ən çox monosaxaridlərə rast gəlinir. Müəyyən olunmuşdur ki, yemişanın meyvələri və toxumları formalaşmağa başladığı dövrlərdə şəkərin miqdarı azalır. Lakin formalaşma başa çatdıqdan sonra, yəni meyvə tam yetişdikdən sonra şəkərin miqdarı artaraq maksimumna çatır.

Biz isə ilk dəfə olaraq yemişanın cavan budaq və qabıq hissələrindən boyaq ekstraktı alıb yun və ipək məmulatların bənövşəyi, açıq mavi, qəhvəyi, tünd qəhvəyi, narıncı, qonur, yaşıl, firuzəyi, zeytunu, tütünü, şabalıdı və s. rəng və çalarlara boyamağa nail olmuşuq. Müəllif elmi əsaslarla sübut etmişdir ki, alınan rəng və çalarlar günəş şüasına və kimyəvi yuyulmalara qarşı davamlı olub xalçaçılıq və ipəkçilik sənayesində qiymətli təbii boyaq xammalıdır.

Bunlardan başqa, yemişan növlərinin qabıq hissəsində 10%-dən çox aşı maddəsinin olması ondan gön-dəri sənayesində də istifadə edilməsinə imkan verir. Aşı ekstraktının ən qiymətli xüsusiyyətlərindən biri ondadır ki, tərkibindəki aşı maddəsi gönü həm aşılayır, həm də boyayır.

Yemişanın yarpaq və qabıqlarının tərkibində flavonoid maddələri, C vitamini, karotin, aminturşuları, üzvi turşular və s. aşkar edilmişdir. Deməli nəinki yemişanın meyvə və çiçəklərindən, həmçinin yarpaqlarından da müalicə məqsədi üçün istifadə etmək olar.

İtaliya, İspaniya və Əlcəzairdə yemişanın iri, ətli növlərini meyvəçilik üçün artırıb çoxaldılar. Çində seleksiya üsulu ilə əldə edilmiş Breytsneydera sortundan meyvəçilik təsərrüfatlarında geniş istifadə edilir. Yemişanın bir çox növləri bir-birləri ilə asan çarpazlaşır, müxtəlif hibrid formaları əmələ gətirir ki, bunlar da meyvələrinin iriliyinə, rənglərinin müxtəlifliyinə, keyfiyyətlərinə görə bir-birindən xeyli fərqlənirlər. Onlardan seleksiya üsulu ilə gələcəkdə qiymətli sortların alınmasında geniş istifadə etmək olar.

Yemişanın cavan şitillərindən armud, alma, heyva və s. ağaclarda ca-laqaltı kimi istifadə etmək mümkündür. Yemişan növlərinin çiçək və meyvələrinin gözoxşayan gözəlliyi ondan bağ və bağçaların, küçə və parkların, bulvarların, uşaq bağçalarının yaşllaşdırılıb bəzədilməsində geniş istifadə etməyə imkan verir.

Yemişan növlərinin əksəriyyəti zəhərli qazlara qarşı orta dərəcəli davamlılığa malik olduqlarından sənaye müəssisələrini yaşllaşdırmaq məqsədi üçün ondan geniş surətdə istifadə etmək olar.

Yemişanın qiymətli cəhətlərindən biri də ondan ibarətdir ki, bizim meşələrə qulluq edən bir çox quş növlərinin qorunub saxlanmasına şərait yaradır. Məsələ burasındadır ki, dağlıq meşələrdə yaşayan bir çox quş növləri payız-qış dövründə aşağı meşə qurşağına və düzənlik meşələrinə köçürlər. Burada onların əsas yem mənbəyini yemişanın meyvələri təşkil edir. Payız vaxtı yerə tökülən yarpaqlarını və xəzəlini heyvanlar həvəslə yeyirlər.

Bütün bunlar yemişanın qiymətli dərman, yeyinti, texniki, boyaq, nektar və bəzək üçün yararlı bitki olduğunu göstərir. Lakin təəssüflər olsun ki, biz hələ də respublikamızın ərazisində geniş yayılmış və 1000 tonlarla ehtiyatı olan bu cür qiymətli bitkidən səmərəli istifadə edə bilmirik.

Artıq elə bir dövrə gəlib çatmışıq ki, iqtisadiyyatımızı qısa bir müddətdə inkişaf etdirməyə nail olub xalqımızın gün-güzəranını yaxşılaşdırmalı və onlarda gələcəyə inama nail olmalıyıq. Bunun üçün respublikamızın ərazisində yayılan 3000 növ faydalı bitkilərdən biri olan yemişan meyvəsini tədarük edib, konserv zavodlarına göndərüb, ondan müxtəlif növ qida məhsulları, mürəbbə növləri, sərinləşdirici içkilərin istehsalını təşkil edib daxili və xarici bazarlara ixrac etmək olar.

Yemişandan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Yemişan meyvələrindən cövhərin hazırlanması. Bunun üçün 100 q qurudulmuş meyvənin üzərinə 70%-li 1 litr etil spirti əlavə edib, 45–60 dəqiqə saxlayırlar. Sonra parlaq, sarımtıl-qırmızı rəngli, şirintəhər dada malik cövhər alınır və hər gün yeməkdən əvvəl gündə 3–4 dəfə, hər dəfə 20–30 damcı qəbul edilir.

Sulu cövhərin hazırlanması. 1 litr suya 1 kq quru meyvə töküüb, 55–60 dəqiqə saxlayırlar. Bu zaman parlaq tünd-qonur rəngli, xoş iyli, şirintəhər

cövhər alınır. Onu yeməkdən qabaq gündə 3–4 dəfə, 20–30 damcı qəbul edirlər.

Alınmış cövhəri ağzı yaxşı bağlanan tünd rəngli qablara doldurub saxlayırlar.

Yemişanın çiçəklərindən cövhərin hazırlanması. 1 xörək qaşığı yemişan çiçəyini şirəli qazana töküüb, üzərinə 1 stəkan qaynadılmış su əlavə edib, qapağını bağlayın və su hamamında 15 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, otaq temperaturunda 45 dəqiqə soyudub, tənzifdən süzün. Alınmış cövhəri qaynama temperaturuna qədər qızdırıb, gündə 2–3 dəfə yarım stəkan, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl içmək məsləhət görülür.

Ateroskleroz zamanı. 1 stəkan doğranmış meyvəni, 1 litr suya töküüb, termosda 8 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 2–3 dəfə stəkanın 0,5 miqdarında yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə uzunmüddətlidir.

Doğranmış meyvəni 1:5 nisbətində araqla qatışdırıb 1 həftə hər gün çalxalamaqla cövhərini çıxarın. Sonra süzüb, gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı 1/4 stəkan suya töküüb qəbul edin.

Hipertoniya zamanı. 2 xörək qaşığı qurudulmuş çiçəyindən götürüb 1,5 stəkan qaynadılmış suya tökün və zəif od üzərinə qoyub, qaynama dərəcəsinə gətirin. 2 saat dəmlədikdən sonra gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış 0,5 stəkan qəbul edin.

Stenokardiya və aritmiya zamanı. 2 xörək qaşığı çiçəyindən götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküüb, yarım saat dəmləyin. Sonra dəmləməni 1 stəkan həcminə çatdırıb gündə 3–4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında, ümumi zəiflikdə, fiziki və zehni yorğunluqlarda, həmçinin ağ qan xəstəliklərində. Bu reseptdən əlavə vasitə kimi istifadə etməyi məsləhət görürlər. 1 xörək qaşığı meyvəşindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, qapağını bağlayıb, 2 saat dəmləyin. Alınmış dəmləmədən isti-isti gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin.

Hal-hazırda apteklərdə yemişanın spirtli cövhərini əldə edib hipertoniya, aritmiya, stenokardiya xəstəliklərində, həmçinin kardiovale preparatından isə revmatizm, ürək parokunda, ürək damarlarında baş verən sklerozda, ürək-damar çatışmazlıqlarında istifadə etmək məsləhət görülür.

Bozumtul böyürtkən — *Rubus caesius*

Böyürtkənin əsas vətəni Şimali Amerika ölkələri hesab edilir. Bu tikanlı kol bir sıra Amerika ştatlarında, Skandinaviya və Avropa ölkələrində

olduğu kimi Azərbaycanda da çiçək və meyvəsinə görə əzizlənir və ona qulluq göstərilir.

Dünya florasının tərkibində 600-ə qədər yabanı növü yayılmışdır (A.S.Lożina-Lożinski, 1954). Bu növlər kol və çoxillik ot bitkiləridir. Azərbaycan florasının tərkibində Böyürtkən cinsinin 15 növünə rast gəlmək olar. Böyürtkən yarımkol, çoxillik giləmeyvəli bitkidir. Yabanı halda Asiya, Avropa və Amerika qitəsində geniş yayılmışdır. Azərbaycanın bütün zonalarında böyürtkən kolluqlarına rast gəlinir.

Böyürtkən bitkisi moruğa nisbətən çox gec (XIX əsr) mədəniləşdirilmişdir. Mədəni halda ən çox Amerikada, ən az isə Avropada yayılmışdır. Kollarının formasına görə Böyürtkən 2 qrupa bölünür: dik qalxan və dağınıq formalı kollar. Böyürtkənin yerüstü hissəsini birillik və ikiillik zoğlar təşkil edir, yeraltı hissəsinin (köklərinin) ömrü uzun olur. Onlar çox qüvvətli olduğundan torpağın dərin qatlarına gedir və quraqlığa davamlıdır. Meyvəsi forma etibarilə uzunsov və konusvari, rənginə görə qırmızı, qara, al qırmızı və s. olur.

Böyürtkən Azərbaycanın ən qədim giləmeyvə bitkilərindən olmasına baxmayaraq bu vaxta qədər ətraflı öyrənilməmiş və sənaye əhəmiyyətli olan məhsuldar formalar seçilib mədəniləşdirilməmişdir.

Böyürtkən bitkisi uzun müddət çiçəkləyir, ona görə də meyvə yığımları avqust ayından başlayaraq, qar düşənə qədər davam edir. Məhsuldardır, bir kol 4–6 kq-a qədər meyvə verir.

Azərbaycan florasının tərkibində yayılan əsas böyürtkən növləri aşağıdakılardır: buş böyürtkəni — *R.buschii*, Qafqaz böyürtkəni — *R.caucasicus*, bozumtul böyürtkən — *R.caesius*, qanşirəli böyürtkən — *R.anatolicus*, kələ-kötür böyürtkən — *R.hirtus*, Gürcüstan böyürtkəni — *R.georgicus*, Liberiya böyürtkəni — *R.ibericus*, ağırtil böyürtkən — *R.candicans* və uzunsov meyvə böyürtkəni — *R.dolichocarpus*.

Bunlardan insan orqanizmi üçün ən qiymətli növ sayılan bozumtul böyürtkən haqqında geniş elmi məlumat verməyi qərara aldıq.

Bozumtul böyürtkən — *R.caesius* hündürlüyü 0,5–1,5 m olan kol bitkisidir. Buna bəzən qara moruq da deyilir. Budaqları silindr formalı olub, demək olar ki, əksəriyyəti yerə doğru oraqvari əyilmişdir. Onlar boz ləkəli, müxtəlif tikanlı və ya tikansızdır. Yarpaqları 3 yarpaqcıqlıdır, yarpaqaltlığı enli lənsetvaridir. Yarpaq saplağı çox qısa və ya oturandır. Çiçəklərinin əksəriyyəti ağırtil, nadir halda çəhrayı rəngdə olub salxım formasında yerləşmişdir. Meyvəsi qaramtil və yaxud qaramtil-qırmızı rəngdə olub iri çəyirdəkli, az dənəli və dadsızdır. May–iyun aylarında çiçəkləyir, iyul–oktyabr aylarında meyvə verir. Bəzən kolun üstündə həm çiçək, həm də meyvə olur. Azərbaycanın əksər rayonlarında ovalıqdan başlayaraq dağ ətəyinə kimi yayılmışdır. Adətən çay sahillərində, meşələrin açıqlıqlarında, kolluqlar-

da, ələlxüsus Quba–Qusar rayonlarında, Samur–Dəvəçi, Kür–Araz ovalıqlarında ehtiyatı çoxdur. Buna aşağı düzən rayonlarından başlamış subalp sahələrinə qədər ərəzilərdə rast gəlmək olar. Böyütkən C vitamini və aşı maddələri ilə zəngindir. Zoğlarında və yarpaqlarında 27 mq%-ə qədər C, aztapılan Z vitamini və 12–13% aşı maddələri tapılmışdır. Meyvələrində çoxlu miqdarda şəkər, qlükoza 2,87–3,64%^{0,0}, fruktoza 3,12–3,24%, saxaroza 0,85–0,58%, limon turşusu 1,62–2,16% müəyyən edilmişdir. Toxumlarında 22–26% piliy yağ vardır ki, bu da tərkib etibarilə linolein 80%, linol 1,5%, olein 18% və palmitin turşuların qliseridlərindən, fitosterindən ibarətdir.

Azərbaycan Dövlət Tibb Universitetində qanşirəli və bözumlu böyütkən növləri kimyəvi analizdən keçirilmişdir. Bunların yarpaqlarından 13–14% aşı maddəsi, 168–190 mq% C vitamini müəyyən edilmişdir. Yetişmiş meyvələrinin tərkibindən 2–4% aşı, 5,7% qlükoza, 3,16% fruktoza, 3,14% saxaroza, 0,46% pentoza, 1,2% üzvi turşular (alma, limon, çaxır), 5–8 mq% karotin, 230 mq% C vitamini, B₁, B₂, karotin maddələri, köklərindən isə 0,03% alkaloidlər, 0,05% qlükozidlər, 10,78–11,63% piroqallol qrup aşı maddələri, 6,2% qatranlı maddələr, 1–2% üzvi turşular tapılmışdır. Bundan əlavə yarpaqlarının tərkibindən 5,57% kül maddəsi, mq/q%-lə 19,30-K, 10,00-Ca, 3,40-Mg, 0,20-Fe makroelementləri, mkq/q-la 340,00-Mn, 7,80-Ci, 28,90-Zn, 0,10-Ca, 8,48-Sr, 1,10-Pb, 77,20-B mikroelementləri tapılmışdır. Böyütkən dərman bitkisi kimi çox qədim dövrlərdən məlum olmuşdur. Bir çox qədim həkimlər böyütkən haqqında qeydlərində göstərmişlər ki, «onun bütün hissələri, o cümlədən meyvələri orqanizmi qüvvətləndirən xüsusiyyətə malikdir». Meyvənin şirəsini çıxarıb, onu kölgə yerdə bir müddət saxladıqdan sonra sulanan yaraların üzərinə sürtdükdə, yaranın suyu dayanır və tədricən qaysaq qoyub sağalmağa başlayır. Böyütkən qiymətli yabanı giləmeyvə bitkisi kimi Teofrasta da məlum idi.

Xalq təbabətində qurudulmuş meyvə və yarpaqlarından çay kimi dəmlənib hipertoniya xəstəliyində və sinə ağrılarında istifadə edilir. Eyni məqsədlə təzə dərilmiş meyvələrindən şərbət və mürəbbə hazırlayıb qəbul edirlər. Qurudulmuş kal meyvələrindən çay dəmləyərək şəkər xəstəliyində içirlər. Yarpaqlarını və kal meyvələrini açıq, günəşli havada qurudur, çay kimi dəmləyərək uşaqlarda tez-tez baş verən ishalda büzüşdürücü və antiseptik dərman kimi istifadə edirlər. Tam yetişmiş meyvələri isə yüngül işlədici, tərledici, sidikqovucu vasitə kimi istifadə olunur.

Qəbələ və Lənkəran rayonlarında böyütkənin qurudulmuş meyvələrindən və yarpaqlarından çay kimi hazırlayıb, soyuqdəymələr zamanı tərledici vasitə kimi içirlər.

Qanşirəli böyütkən yarpaqlarının sulu dəmləməsini boğaz ağrısında dezinfeksiyaedici dərman kimi istifadə edirlər. Qurudulmuş köklərini xırda-

xırda doğrayıb, 1 çay qaşığı, 1 stəkan qaynar suda 30–40 dəqiqə ərzində dəmləyib, soyudur, ishal və dezinteriya zamanı içirlər.

Qurudulmuş qansirəli böyütkən köklərinin sulu bişmişindən vərəm xəstəliyində qəbul edirlər. Böyütkəndən hələ çox qədim zamanlardan dermatologiya və kosmetika sahəsində istifadə edilmişdir.

Belə ki, Dioskorid böyütkənin yarpaqlarından hazırlanmış sulu çıxarışından islatma kimi dəridə baş verən dəmrov, ekzema, yara və irinli çibanların müalicəsində istifadə etmişdir. Dəridə və sifətdə əmələ gələn çillərin, qaşınma və qıcıqlanmaların aradan qaldırılmasında yarpaqlarından hazırlanan məlhəmdən maz düzəldib sürtkü kimi istifadə edilir. Yarpaq və meyvələrindən hazırlanan sıyıqların tərkibinə xama, yaxud azca kəsmik qatıb qarışdıraraq sifətə sürtür, 10–15 dəqiqə saxladıqdan sonra yuyub təmizləyirlər.

Böyütkənin çoxaldılması. Böyütkən bitkisi toxum, pöhrə, kök çiliyi və uc tumurcuğunun basdırılması yolu ilə çoxaldılır. İstehsalatda böyütkənin dikduran kollu formaları pöhrələri və kök çiliyi yolu ilə, dağnıq kollu formaları isə uc tumurcuğun basdırılması üsulu ilə çoxaldılır.

Kolları dik qalxan böyütkən bitkisindən çoxlu miqdarda əkin materialı istehsal etmək üçün yazda və ya payızda koldan 50–60 sm aralı yer qazılır və 6–8 mm diametri olan köklər çıxarılır. Sonra onlar 15–20 sm boyda doğranlır, qabaqcadan hazırlanmış münbit torpağa 15x20 sm sxemdə çərgə ilə əkilir və suvarılır. Bütün vegetasiya müddətində sahənin torpağı həmişə əlaqdan təmizlənmiş, yumşaq və rütubətli olmalıdır. Payızda bitkilər qazılıb çıxarılır və inkişaf dərəcəsinə görə çeşidlərə ayrılır, müvəqqəti olaraq əkin vaxtına qədər torpağa basdırılır və ya dərhal plantasiyaya əkilir. Yeni əkilmiş plantasiyaların hər hektarından 0,5–1 t, sənaye əhəmiyyətli sahələrin hər hektarından isə 5–7 t məhsul tədarük etmək olar.

Adi moruq — *Rubus idaeus*

Moruq cinsinin taksonomikası haqqında alimlər arasında bir sıra həll olunmayan mübahisələr mövcuddur. Üç amerikalı botanik bir-birilərindən asılı olmayaraq eyni ildə moruq cinsinə aid olan növlər haqqında məlumat vermişlər. Onlardan biri moruq cinsinə 381 növ, digəri 205 növ, üçüncüsü isə 24 növün daxil olduğunu qeyd edirdilər.

Lakin son məlumatlara görə moruq cinsinin dünya florasının tərkibində 600-ə qədər növü olduğu qeyd edilir. Mədəni halda əkilib-becərilən müxtəlif sort və formanın öz başlanğıclarını yabani moruqdan — *R. idaeus*-dan götürdüklerini qeyd edirlər.

Hal-hazırda moruqdan çoxsaylı iri, dadlı, ətirli, tünd qırmızı, qırmızı, narıncı, ağımtıl, həmçinin bənövşəyi rəngli meyvə sortları əldə edilmişdir.

Bunların əksəriyyəti kol, yarıkol və çoxillik ot bitkiləridir. Azərbaycanda yabani halda 15 növü (biri otdur) yayılmışdır, bir növü becərilir.

Bu növlərə ən çox Avropa, Asiya, Afrika, Amerika və Avstraliyanın mötədil iqlim zonalarında rast gəlmək olar. Moruq cinsinin ən çox yayıldığı növü isə adı moruq — *R. idaeus* hesab edilir. Bir çox moruq sortunun başlanğıcını adı moruq təşkil edir. Moruq haqqında ilk yazılı mənbələrdə bizim eradan 3 əsr qabaq yaşamış qədim yunan alimi Katon xəbər verir. Bizim eranın I əsrində yaşamış Böyük Pliniy yabani moruğu Kret adasının mərkəzi dağlıq hissələrində müşahidə etmişdir. K. Linney isə moruğun latınca botaniki adını müəyyən etmişdir. IV əsrdə yaşamış Roma tədqiqatçısı Pallas moruğu bağ bitkisi adlandırmışdır. Qədim Roma əhalisinin ən mötəbər adamları sayılan zadəganlar moruğu öz yaşayış evlərinin ətraflarında və yaxud xüsusi bağlarında əkirmişlər.

Meyvəsinin rəngi tünd-qırmızı, açıq-qırmızı, ağımtıl-sarı olur, yetişəndə tez tökülür. Odur ki, yetişən meyvələr dərhal dərilib istifadə olunmalıdır. Moruq çox məhsuldar və gəlirli bitkidir. Plantasiyanın yaşından və moruğun sortundan asılı olaraq bir hektardan 50–60 sentner məhsul tədarük etmək olar. Yüksək keyfiyyətli meyvəsi, kollarının tez bar verməsi və asan çoxalması moruğun geniş yayılmasında mühüm rol oynayır. Yabani halda çox geniş yaylaraq Azərbaycanın dağlıq yerlərində, meşə talalarında təsadüf edilir.

Yarımkol bitki olan moruğun yeraltı hissəsi kökümsov gövdələrdən, habelə yaxşı inkişaf etmiş yan köklərdən ibarətdir. Kökümsov gövdələr hər tərəfə yayılır, çoxlu miqdarda yatmış tumurcuq əmələ gətirir, əlverişli şəraitdə bu tumurcuqlardan yeni zoğlar əmələ gəlir. Yeriüstü hissəsini birillik və ikiillik zoğlar təşkil edir. Vegetasiya dövründə kökümsov gövdələrdəki yatmış tumurcuqlardan sıx zoğlar əmələ gəlir, ikinci ilə isə həmin zoğlarda yarpaq, meyvə zoğu, çiçək və meyvə inkişaf edir. Bar vermiş zoğlar quruyur, onları yeni zoğlar əvəz edir. Sortun xüsusiyyətindən asılı olaraq bitkinin çiçəklənməsi 11–40 gün davam edir. Ona görə də meyvəsinin yetişməsi 20–30 gün uzanır.

Havalar isti keçdikdə çiçəkləmə 11–12 günə başa çatır. Moruq kolu hər il bar verir. Yeni salınmış plantasiya 2–3 ildən sonra məhsula düşür, yüksək məhsuldarlıq 4–5-ci ildən başlayaraq təxminən 10 il davam edir. Plantasiyanın ömrü 12–15 ildən çox olmur. Moruq sortlarının xüsusiyyətlərindən biri də gövdələrinin rənginin müxtəlif olmasıdır. Marlboro və Proqres sortlarının gövdəsi qırmızı, Turner və Kinq sortlarınınkı isə tünd-qırmızıdır, nisbətən gec çiçəkləyir. Azərbaycanın meyvəçilik zonalarında təxminən mayın axırında və ya iyunun əvvəlində çiçək açır.

Meyvəsinin kimyəvi tərkibi sortundan və yerli şəraitindən asılı olaraq müxtəlifdir. Adı moruq meyvələrində efir yağlarının izi, 6–15% şəkər, 8,1% fruktoza, 4,3% qlükoza, 6,5% saxaroza, 1,38–2,2% alma, limon, qarışqa,

çaxır, kapiron, salisil uzvi turşuları, 0,3% aşı maddələri, 4–6% sellüloza, C, B₁, B₂, karotin vitaminləri, 1,4% kversetin, 3–qalaktozid, kvarsetin və kempferol 3-B-D-qlükuronid kversetin 3–qlükozid, antosian maddələrindən siannin-xlorid-C₇H₃₁O₁₆Cl, 0,9% pektin, azotlu maddələr, 0,1–0,2% zülallar, 0,45–2,8% selikli maddələr, fol turşusu, dəmir, mis və kalium duzu, sitosterin və s. maddələr tapılmışdır.

Toxumlarının tərkibində 14,6% piyli yağ vardır. Yarpaqlarının tərkibində 5,57% kül, mq/q%-lə 19,30-K, 10,00-Ca, 3,40-Mg, 0,20-F makroelementləri, 77,20-B və s. mikroelementləri tapılmışdır. Elmi təbabətdə qurudulmuş və dondurulmuş meyvələrindən sulu dəmləmə hazırlanır və bundan da soyuqdəymələrdən yaranan xəstəliklərdə, xüsusən uşaqlarda temperatur olan zaman tərlədici vasitə kimi qəbul edilir. Moruq maddələr mübadiləsi pozğunluğunda iştahartran profilaktik və müalicəvi vasitə kimi istifadə edilir. Qurudulmuş meyvələrindən hazırlanmış dəmləmə (çayı) və mürəbbə soyuqdəymələrdə tərlədici kimi, eləcə də boğaz ağrılarında (anginada) iltihaba qarşı qarqara dərmanı kimi istifadə edilir.

Moruq meyvəsi mədə-bağırsaq xəstəliklərində, aterosklerozda, iştahı artırmaq və həzmolmanı yaxşılaşdırmaq, qan artırmaq, isti vasitə kimi də işlədilir. Xalq təbabətində yarpaqlarının çayından qastritlərdə, ekneritlərdə və eləcə də tənəffüs yolları xəstəliklərində büzüşdürücü və iltihabgötürücü kimi istifadə edilir. Moruq meyvələrinin çox vaxt cürə meyvəsi, dəvədabanı yarpaqları, cökə çiçəyi ilə bir yerdə bərabər hissədə götürüb çay kimi dəmləyərək soyuqdəymələrdə, mədə-bağırsaq xəstəliklərində işlədirlər. Bundan əlavə qurudulmuş moruq meyvələrini qaraqımıq otu ilə bir yerdə dəmləyib iltihabı aradan qaldıran və mədənin həzm prosesini yaxşılaşdıran dərman kimi istifadə edirlər. Tibet təbabətində dəmləmə və cövhərindən əsəb sistemində, infeksiya xəstəliklərində işlədilir.

Moruqdan ən çox uşaq pəhriz xörəklərinin hazırlanmasında istifadə edilir. Meyvələrindən mürəbbə, cəm, şəkər, spirtsiz içkilər, şirə, çaxır, kvas, dondurma və s. hazırlanır. Qənnadı məmulatlarını çəhrayı və qırmızı rəngə boyayırlar. Meyvəsindən hazırlanan şirədən dərman preparatlarına xoş iy vermək və keyfiyyətini artırmaq üçün istifadə edilir. Moruq yaxşı nektar bitkisidir. Şəffaflığına, atırlılığına, şirinliyinə və keyfiyyətinə görə balı cökə balından heç də fərqlənmir. Tərkibində 33%-dən artıq qlükoza, 41% sellüloza və s. tapılmışdır. 1 hektar moruğun çiçəklərindən 70, bağ moruğundan isə 50 kq bal əldə edilir.

Moruqdan müalicə preparatının hazırlanması.

Cavanlıq və uzunömürlülük eliksirinin hazırlanması. Moruğun bütün hissələri kökündən, çiçək yatağından tutmuş yarpağına qədər müalicəvi təsirə malikdir. Giləmeyvəsi damarların divarlarını möhkəmləndirir, ödqovucu və sidikqovucu təsirə malikdir.

Bundan başqa moruğun giləmeyvəsi orqanizmdə alkoholun və kəskin zəhərləyici maddələrin ani surətdə kənar edilməsində mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Meyvəsi xəstəlik törədən mikroorqanizmlərin orqanizmə təsirini zəiflədir və xəstənin tez sağalıb ayağa durmasına kömək göstərir.

Buna görə də xalq təbabətində moruğun müəbbəsi qripin, zökəmin, kəskin virus xəstəliklərinə qarşı profilaktik vasitə kimi geniş surətdə istifadə edilir. Tərkibindəki floiev turşusu orqanizmin immunitetini artırır. Moruğun giləmeyvəsində çoxlu miqdarda sellüloz olduğu halda, yağ maddəsi aşkar edilməmişdir. Buna görə də moruqdan nə qədər yeyirsənsə kökəlmə prosesi baş verməyəcəkdir.

Bitkinin yarpaq, çiçək və kök hissəsində çoxlu miqdarda 100 q (400–500 mq) C vitamini olduğundan bundan hazırlanan çay orqanizmdə immunitetin və fiziki qüvvənin yüksəlməsinə köməklik göstərir. Əbəs yerə moruğu sağlq və uzunömürlülük vasitəsi adlandırmırlar. Qurudulmuş yarpaq və çiçəklərindən hazırlanan cövhəri boğaz ağrılarını, laringit, bronxit zamanı baş verən öskürəyi azaldır, daxildə baş verən qanaxmaları dayandırır. Yarpaqlarından hazırlanmış dəmləmədən dəridə əmələ gələn çiban yaraların müalicəsində istifadə edilir.

Qəbizlik və spirtli içkilərin qəbulu zamanı baş verən intoksikasiyalarda. Səhər tezdən acqarına 1 stəkan moruq yeyib üzərindən 2 stəkan yaşıl və yaxud çox da tünd olmayan çay qəbul edin.

Qanaxlığında, vegetativ damar ağrılarında. Nahar və günorta yeməyi zamanı stəkanın 1/3 hissəsi qədər moruq yeyin. Yeməkdən sonra şəkər qarışdırılmış 2 xörək qaşığı qaymaq və yaxud xama qəbul edin.

Şəkərli və yaxud şəkərsiz diabet zamanı. 1 stəkan qaynar suyun tərkibinə 2 xörək qaşığı quru moruq yarpağı əlavə edib 30 dəqiqə dəmləyib, süzün. Sonra cövhərdən stəkanın 1/3 hissəsi qədər götürüb gündə 3 dəfə yeməqabağı qəbul edin.

İshal və qanaxmalar zamanı. 2 stəkan qaynar suya 4 çay qaşığı doğranmış quru yarpaq və moruq giləmeyvəsi tökün və qapaqla örtüb 2 saat dəmləyib süzün. Sonra isti halda gündə 4 dəfə 0,5 stəkan qəbul edin.

Malyariya zamanı. 1 stəkan qaynar suya 2 xörək qaşığı quru meyvəsindən əlavə edib, 30 dəqiqə dəmləyib süzün. İsti halda hər 2 saatdan bir, gündə 2–3 stəkan qəbul edin.

Qrip və soyuqdəymələr zamanı. 1 stəkan qaynar suya 4 xörək qaşığı təzə dərilmiş yaş giləmeyvəsindən və yaxud 2 xörək qaşığı quru meyvəsindən əlavə edib termosda 10–15 dəqiqə dəmləyib süzün. Aldığımız dəmləmədən isti halda 4 saatdan bir 1 stəkan için.

Pankreatit, dəri xəstəliklərində. 1 litr qaynar suya 5 xörək qaşığı doğranmış quru yarpaq və çiçəyindən əlavə edib termosda 15–20 dəqiqə dəmlədikdən sonra gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Viruslu hepatitdə. Yabanı moruğun yarpaq, çiçək və giləmeyvəsinin hərəsindən 1 xörək qaşığı götürüb qarışdırın. Alınmış qarışıqdan 2 xörək qaşığı 1 stəkan qaynar suya tökün və ağzını qapaqla örtüb isit yerdə 15 dəqiqə dəmləyin. Sonra aldığınız cövhərindən çayla birlikdə gündə stəkanın yarısı qədər 2–3 dəfə qəbul edin.

Osteoxondroz zamanı. 6 xörək qaşığı yabanı meşə moruğunun giləmeyvəsindən götürüb 1 litr qaynar suya töküüb termosda dəmləyin. Aldığınız ekstraktı gündə 5–6 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Bronxial astma, mənsəyi infeksiya xarakterli bronxitdə, qanlı babasildə və ekzema zamanı. 4 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 2,5 stəkan qyanadılmış suya töküüb isti yerdə 15–20 dəqiqə dəmləyib süzün. Gündə 5–6 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Moruqdan yay və qış dadlı məmulatlarının hazırlanması.

Müxtəlif xörəklərin hazırlanmasında yetişmiş və yaxud yetişməyə az qalmış moruq meyvəsindən istifadə edilir. Tam yetişmiş və vaxtı keçmiş meyvə həddindən artıq yumşaq, acımtıl dada malik olduğundan ondan istifadə edilmir.

Moruqdan «gümrahlıq» jelesinin hazırlanması. 300 q moruq, 15 q jelatin, 1,5 stəkan su, 1 stəkan şəkər tozu götürün. Moruqdan şirəni çıxarıb iki qat tənzişdən süzüb soyuducuya qoyub soyudun.

Jelatini stəkanın yarısına qədər doldurulmuş isti su ilə qarışdırıb üzərinə şəkər və 1 stəkan su əlavə edib odun üzərinə qoyun. Nə vaxt ki, qatışıq qaynamağa başladı, onun üzərinə moruq şirəsi əlavə edib taxta qaşığıla qarışdırıb odun üzərindən götürüb soyutma formasına salıb soyuducuya qoyun.

Moruqdan «Sibirli» içkisinin hazırlanması. 1 litr su, 250 q açıq çiçək balı, 1 stəkan moruq şirəsi, 10 q maya götürün. Balı isti suya töküüb, moruq şirəsi ilə qarışdırıb zəif od üzərinə qoyun və 1,5 saat köpüyünü almaq şərti ilə qaynadın. Sonra odun üzərindən götürüb 36–37 dərəcə temperaturda soyudun və maya əlavə edib isti yerə qoyub, qıçqırdın. 12 saatdan sonra alınmış kvası butilkalara doldurub ağzını möhkəm bağlayıb soyuducuya qoyub şəffaflaşana qədər saxlayın. 30 gündən sonra xoş təmli dadlı içki hazır olacaqdır.

«İncə» kreminin hazırlanması. Bir ədəd çiy yumurta sarısı, 5 xörək qaşığı şəkər tozu, 300 q yetişmiş moruq, 100 q xama götürün. Yumurtanı ağarana qədər çalıb üzərinə 2 xörək qaşığı şəkər tozu və moruğu taxta qaşığıla əzib əlavə edin. Xamanı kreməbənzər halə salıb yerdə qalan şəkəri də üstünə tökün. Bütün məhsulları yaxşı qarışdırıb kiçik qablara doldurub üst hissəsinə qızılgül şəkli çəkib ortasına iri moruq meyvəsi qoyub soyuducuda 15–20 dəqiqə saxlayın.

«İyul səhəri» piroqunun hazırlanması. 1,5 stəkan un, 200 q kərə yağı, 6 ədəd yumurta, 5 stəkan moruq giləmeyvəsi, 0,5 stəkan şəkər toz gö-

türün. Komponentləri qarışdırıb xəmirini hazırlayın. Sonra xəmiri formaya və yaxud dayaz qaba töküüb üzərinə yağ sürtüb un səpin. Duxovkaya qoyub 10 dəqiqə bişirdikdən sonra formanı peçdən çıxarıb üzərinə iri moruq meyvəsi qoyun. Yenidən piroqu 200 dərəcə temperaturda duxovkaya qoyub, 20–25 dəqiqə saxlayın. Hazır olan piroqun üzərini dəsmal ilə örtüb qatı hala düşənə qədər soyudub üzərinə şəkər tozu səpib süfrəyə verin.

Şəkərli vitaminin sirri. Alimlər müəyyən etmişlər ki, şəkərlənmiş moruğu uzun müddət saxladıqda o tərkibindəki bioloji aktiv maddələrin tez itirilməsinə gətirib çıxarır. Buna görə də qış dövrü üçün hazırlanan müalicəvi moruğun yaxşı olar ki, şirəsini düzəldəsiniz. Belə ki, moruğun şirəsini çıxarıb sterilizə edilmiş şüşə bankalara doldurub ağzını qapaqla bağlayıb soyuducuda saxlayın (qurudulmuş giləmeyvələri paketlərə doldurub 1,5–2 ilə qədər saxlasanız belə öz faydalı xüsusiyyətlərini itirmir).

Kosmetika sahəsində moruğun çiçək, meyvə, yarpaq hissələrindən istifadə edilir. Meyvəsini toplayıb özərək sıyıq şəklinə salın, sifətin dərisinə yaxıb 10 dəqiqədən sonra yuyun, bu zaman sifətiniz parlaq və təravətli olacaq. Əgər moruq sıyığı sifətinizi qıcıqlandırsa, tərkibinə az miqdarda qaymaq və yaxud kəsmik qatmağınız məsləhət görülür. Xırdalanmış təzə yarpağa yağlı krem qataraq sifətinizə qoyub 10–15 dəqiqə saxlasanız üzünüz daha təravətli olar. Təzə yarpağından alınmış şirəni 1:4 nisbətində kərə yağı ilə qarışdırıb, maz hazırlayır, dəridə olan çil, çiban və ekzemaların müalicəsində istifadə edirlər. Yarpağının sulu çıxarışından isə dəridə baş verən səpgilərin yox edilməsində işlədilir. Moruğun yarpaqlarını kosmetik xammal yığıntılarının tərkibinə daxil edirlər.

Kosmetika yığıntısının hazırlanması. Tozağacı 4 qr, çəmən yoncası (yarpaq və çiçəyi) 4 qr, aptek birəotu 4 qr, moruq (yarpaq) 4 qr, çöl yarpızı (otu) 2 qr. Qeyd edilən yığıntının cövhərinin köməyi ilə dərinə təmizləyir, onun elastikliyinə artırır, möhkəmləndirir, pis iyləri kənar edir, orqanizmi sakitləşdirir və maddələr mübadiləsini nizama salır. Yarpağının sulu məhlulunu potaş (qələvi) ilə qarışdırıb saçı qara rəngə boyayırlar.

Moruqdan bjr çox ölkələrdə müalicə və kosmetika sahəsində geniş istifadə edilir.

Moruğun çoxaldılması. Qeyd etdiyimiz kimi moruq bitkisi çoxlu miqdada kök pöhrələri verir və moruqluq salınarkən bu pöhrələrdən əkin materialı kimi istifadə edilir. Moruq bitkisini toxumu ilə, kolunu bölüb ayırmaqla, kök çiliyi və yaşıl zoğ çiliyi vasitəsilə də artırmaq mümkündür. Kök pöhrələri koldan müxtəlif məsafələrdə əmələ gəlidiyi üçün keyfiyyətə bir ölmür, ən yaxşı inkişaf etmiş pöhrələr kola yaxın olur. Bitkilərdə vegetasiya dayanandan sonra, payızda və ya erkən yazda, kökdə əmici telləri qırmamaq şərtilə, kök pöhrələrini belə ana koldan ayıraraq əkin üçün istifadə

edirlər. Ən yaxşı əkin materialı kökü 15–20 sm, kök boğazının diametri 10–12 mm, gövdəsinin uzunluğu 80–100 sm olan pöhrələr sayılır.

Moruğun bəzi sortları az pöhrə verir. Belə sortu sürətlə artırmaq istədikdə kök çiliyi üsulundan istifadə etmək məsləhətdir. Bunun üçün payızda və ya yazda koldan 60 sm kənarında yerləşən kökləri çıxarıb 15–20 sm uzunluğunda doğrayır, xüsusi hazırlanmış yumşaq və qidalı torpaq sahələrində cərgəarası 80 sm olmaq şərtilə kök hissələri 12–15 sm dərinlikdə açılmış şırımlarda yan-yanı düzür və üzəri torpaqla örtülür. Bitkilərin inkişafını sürətləndirmək və keyfiyyətli əkin materialı almaq üçün əkilmiş kök suvarılmadan sonra torpağı yumşaltmaq və alaqları təmizləmək lazımdır.

Kök parçalarından (hissələrindən) becərilmiş birillik moruq şilləri payızda çıxarılır, keyfiyyətinə görə çeşidlərə ayrılır və yararlılar əkin üçün istifadə olunur. Sort yaratmaq istədikdə isə seleksiya işində moruq bitkisinin toxumla arıtılması üsulundan geniş istifadə olunur. Belə sahələrdən 10 tona qədər meyvə tədarük olunur. Meyvələr qurumuş halda və yaxud kanonik şəkildə saxlanılır.

Meşə çiyələyi — *Fragaria vesca*

Dünya florasının tərkibində 50-ə qədər növünün yayıldığı qeyd edilir (M.A.Rozanova, 1937). Bunlardan 26 növü Amerikada, 15 növü Asiyada, o cümlədən 4 növü Azərbaycanda, Avropada isə bir neçə növü mədəni halda yayılmışdır.

Çiyələk latınca «*F. vesca*» feila sözündəndir, mənası meyvəsi ətirli deməkdir. Bu növlər içərisində ən çox yayılanı meşə çiyələyi — *F. vesca* yaşıl və yaxud gecə çiyələyi — *F. viridis* bağ və yaxud ananas çiyələyi, muskant çiyələyi — *F. moschata*, Virginiya çiyələyi — *F. virginiana*, Çili çiyələyi — *F. chiloensis* və s. göstərmək olar. Bunların içərisində ən çox yayılanı meşə çiyələyidir — *F. viridis*. Bu hündürlüyü 14–30 sm, qısa kökümsvolara və nazik kök sisteminə malik olan ot bitkisidir. Birgövdəli, düzqalxan olub bir neçə çiçəkdən ibarət hamaşçiçək əmələ gətirir. Yarpaqları üçər formalı, uzun saplaqlı, gövdəsi qucaqlayandır. Çiçəklərinin diametri 12 sm olub ağ rəngdədir. Meyvəsi yumurtavari formalı «giləmeyvə» və fındıqçadan ibarətdir. Şirin, ətirli, xoş iyli, çiçək yatağından ibarət olub parlaq-qırmızı rəngdədir. May–iyun aylarında çiçək açır, meyvəsi iyun–iyulda yetişir.

Çiyələk («zemlyanika») və bağ çiyələyi («klubnika») meyvəsindən insanlar çox qədim zamanlardan istifadə etməyə başlamışlar. Lakin Virginiya növünün mədəniləşdirilməsi XII əsrin əvvəllərinə aiddir. Çiyələk ilk dəfə Fransada, sonra İngiltərə və İtaliyada mədəni haldə becərilmişdir. Rusiyada bu bitkilərin becərlməsinə XVIII əsrdə başlanmışdır.

Xırda meyvəli çiyələyə yabarı halda hər yerdə təsadüf edilir. Çiyələyin bir çox növləri içərisində sənaye əhəmiyyətli, iri meyvəli sortların əksəriyyəti Çili və Virjiniya növlərinin çarpaz tozlanması nəticəsində seçmə yolu ilə alınmışdır. İri meyvəli çiyələyə («zemlyanika») bəzi yerlərdə çiyələk və səhvən bağ çiyələyi də («klubnika») deyilir. Bunlar xarici görünüşcə bir-birinə oxşasalar da, aralarında çox fərq vardır. Çiyələk birevli, kolları alçaq, çiçəkləri yarpaqlar səviyyəsində duran, meyvələri iri və çox məhsuldar bitkidir. Bağ çiyələyi kolları iri, hündür boylu, qüvvətli budaqlara malik ikievli bitkidir. Meyvəsi nisbətən xırda və az məhsuldar olur. Bunun istehsalatda geniş yayılmış və sənaye əhəmiyyətli olan sortları azdır.

Çiyələyin meyvələrinin tərkibində zəngin vitamin kompleksi aşkar edilmişdir. Meyvəsinin tərkibində 80–90% su, 4,5–10 (15%-ə qədər) şəkər, 0,8–0,6% limon turşusu, 0,9–1,2 % azotlu maddələr, 1,0–1,7% pektin, 1,0–1,6 % sellüloza, 0,16–0,25%, aşı maddəsi, 50–80 mq C vitamini, karotin, alma, salisil, foliev turşuları, pəlarqonidin 3-qalaktozid, pəlarqonidin 3-qlükozid, sianidin 3-qalaktozid anrtosian birləşmələri və s. aşkar edilmişdir. Yarpaqlarının tərkibindən 280 mq% C vitamini, karotin, fraqarin qlükozidi, kversetin 3-qlükozid, leykoantosian, katexin, üzvi turşulardan fumar, qlükuron, xlorgen, malon, salisil və korit turşuları, alkaloid izləri tapılmışdır. Yarpaqlarının tərkibindən isə 8,12 % kül maddəsi, mq/q-la 21,90- K, 14,70-Ca, 4,50-Mg, 0,60-Fe makroelementləri mq/q%-lə 0,22-Ca, 0,84-Cu, 0,90-Zn, 0,22-Mn, 1,28-Mo, 0,30-Cr, 0,29-Al, 0,81Ba, 0,09-V, 11,00-Se, 0,18-Nr, 0,73-Mr, 0,25-Pb, 0,09-I, 78,30-Br, 143,20-B mikroelementləri aşkar edilmişdir. Bundan əlavə meyvənin tərkibindən insan orqanizmi üçün ən mühüm maddələrdən biri olan dəmir də tapılmışdır. Çiyələk meyvəsi təzə halda yeyilməkdən başqa, bundan yüksək keyfiyyətli mürəbbə, cəm, marmelad, dondurma, konfet içi, şirə, çaxır, boyaq və s. hazırlamaq üçün istifadə edilir. Təzə meyvəni şərbətin içində dondurub saxlayanda keyfiyyətini itirmədən uzun müddət qalır.

Çiyələkdən müalicə məqsədləri üçün hələ XIII əsrdə istifadə olunmağa başlanmışdır. Dərman bitkilərindən bəhs edən qədim bir kitabda yazılmışdır: «Çiyələyin giləmeyvəsindən müalicə üsulları ilə hazırlanan suyu səhər və axşam içdikdə bəlgəmin və bir sıra qarışıqların orqanizmdən kənar edilməsində, tənəffüs yollarının yaxşılaşdırılmasında, ürəyin möhkəmləndirilməsində, orqanizmin müqavimətinin artırılmasında, böyrək və öd daşlarının əridilməsində böyük rol oynayır».

Elmi təbabətdə çiyələk indi də öz əhəmiyyətini itirməmişdir. Belə ki, onun yarpaqlarından hipertoniya və ateroskerozun, mədə və onikibarmaq bağırsağın yaralarının, qəbizliyin, artrit, duz mübadiləsi pozuntularının müalicəsində, həmçinin zəif sidikgətirici kimi böyrək daşlarının əridilməsində,

vitamin çatışmamazlığında, soyuqdəymədə, uşaqlıq yolları qanaxmalarında işlədilir.

K.Linney çiyələyi «Allahın hədiyyəsi» adlandırmışdır. Çünki bu giləmeyvə K.Linneyin oynaq və toxumalarında yaranan kəskin xəstəliyi müalicə etmişdir. Bu kiçik meyvənin müalicəvi qüdrətinə bir çox şair və yazıçılar heyran qalaraq öz ürək sözlərini şer və nəsr əsərlərində bildirmişlər. Yazıçı Vladimir Soloxin qeyd edirdi ki, meşədə bitən giləmeyvələrin içərisində birinci yerdə çiyələyi qorumaq lazımdır, çünki, o bütün giləmeyvələrdən ətirlidir. Keyfiyyətinə, ətrinə və şirinliyinə görə ona heç bir meyvə çata bilməz, hədə yerə demirlər ki, «hansı evdə çiyələk varsa, o evdə həkimə ehtiyac olmaz».

Meyvəsi təzə halda vitamin mənbəyi olub, avitaminozda, piy və mineral pozuntularında, öd və böyrəklərdə olan daşların müalicəsində, qanaxlığında, aterosklerozda geniş istifadə edilir. Yarpaq və meyvəsindən alınan cövhərlər sidikqovucu vasitə kimi, həm də babasil, raxit, sarılıq və s. xəstəliklərdə işlədilir. Hər gün 4–5 ədəd təzə çiyələk yedikdə şəkər aşağı düşür. Hələ çox qədim dövrlərdən çiyələyin meyvəsindən kosmetikada geniş istifadə edilirdi. Qızlar və qadınlar yatmadan qabaq çiyələyi əzib, cunadan keçirib alınan sıyıqdan sifətlərinə yaxıb 15–20 dəqiqə saxladıqdan sonra, südlə yuyub təmizləyirlər. Yağlı dərilərdə çiyələyin sıyığına yumurta sarısı qarışdırıb sürtmək məsləhət görüldüyü halda, quru dərilərdə meyvə sıyığına bir çay qaşığı badam yağı, qaymaq və nişasta qatmaq məsləhət görülür.

Müasir kosmetika və dermatologiya sahələrində çiyələyin meyvə və yarpağına tez-tez müraciət edilir. Çiyələkdən hazırlanan sıyıqların köməyi ilə dəridə əmələ gələn çillər, civzə, sızanaq və piqment ləkələrini müalicə edirlər. Meyvəsindən hazırlanan suyundan isə istənilən sifət dərilərində istifadə etmək olar. Gündə bir dəfə çiyələk suyu ilə sifətinizi silib, 10 dəqiqədən sonra ilıq su ilə yusanız, sifətiniz xoşətirli və tərəvətli olar. Unutmaq olmaz ki, bəzi çiyələk sortları allergiya, səpgi və qaşınma əmələ gətirir. Buna baxmayaraq, həmin xəstəlikləri elə çiyələyin özündən hazırlanan yaxmalarla müalicə edirlər. Fransa, Bolqarstan, Çexiya, Avstraliya, Polşa, və s. ölkələr kosmetik vasitələrin hazırlanmasında çiyələkdən daha çox istifadə edirlər. Bu bitki torpağa az tələbkar olub, istənilən torpaq və iqlim şəraitinə uyğunlaşır, yaxşı inkişaf edib, bol məhsul verir. Bu bitkiyə Rusiyanın şimalından tutmuş cənub zonalarına qədər hər yerdə rast gəlmək olar.

Bitkinin müsbət cəhətlərindən biri də əkildikdən bir il sonra məhsula düşməsi və hər il bar verməsidir. Çiyələk bitkisinə edilən aqrotexniki qulluq işləri sadədir. Bitkinin inkişafı üçün çəkilən xərc özünü qat-qat doğruldu. Çiyələyin sortundan və ona edilən qulluqdan asılı olaraq bir hektardan 70–100 sentnerə qədər məhsul toplamaq olar.

Göstərilən xüsusiyyətlər çiyələk bitkisinin geniş yayılmasına marağ yaradır. Bunu nəinki böyük sahələrdə və şəhərətrafi təsərrüfatlarda, həmçinin dibçəkdə belə əkib bol məhsul almaq olar. Çiyələk Azərbaycanın Quba–Xaçmaz, Lənkəran, Astara, Şəki, Zaqatala, Qarabağ, Abşeron və s. bölgələrində becərilir.

Çiyələk bitkisinin nazik, saçaqlı kökləri torpaq altında 50–60 sm sahəni əhatə edir. Çox dərinə və uzaqlara yayılmır, qısa kökümsov gövdələri üzərindən çıxan uzun və saplaqlı üçhaça yarpaqları vardır. Vegetasiya dövründə kökümsov gövdənin yuxarı yan tumurcuqlarından çıxıb yerə sərilen nazik zoğ (biğ) üzərində olan buğumlardan, tumurcuq əmələ gəlir. Tumurcuqlar inkişaf edir, yarpaqlanır, kök ataraq yeni bitki əmələ gətirir. Bir koldan ildə 15–20 ədəd cavan bitki əmələ gəlir. Yarpaqların ömrü 60–70 günə qədər olur, sonra köhnə yarpaqları yeniləri əvəz edir. Qışda yarpaqları yaşıl olur, yazda yeni yarpaqlar çıxandan sonra köhnələr quruyur. Sortundan asılı olaraq yarpağının sayı 18 ədəddən 120-yə qədər ola bilər. Kökümsov gövdədən, zoğ və yarpaqdan başqa çiyələyin çiçək zoğu da çıxır ki, bu da sortun xüsusiyyətlərinə görə müxtəlif uzunluqda və miqdarda olur. Meyvələrin yetişmə müddətinə görə çiyələk sortları tez, orta və gecyetişən olur. Tezyetishən sortlar martın əvvəlində, orta yetişənlər 4–6 gün sonra, gec yetişənlər isə 8–10 gün fərqlə çiçəkləyir. Çiçəkaçma dövrü sortların bioloji xüsusiyyətlərindən, habelə iqlim şəraitindən asılı olaraq 22 gündən 30 günə qədər uzanır.

Bataqlıq gördəvəri — *Comarum palustre*

Gördəvər cinsinin dünya florasının tərkibində 2 növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda 1 növü — bataqlıq gördəvərinə təsadüf etmək olar.

Bataqlıq gördəvəri — *Comarum palustre*. Bu hündürlüyü 20–30, bəzən 100 sm olan, uzun budaqlara, sürünən kökümsova malik çoxillik yarımkol bitkisidir. Yarpaqları uzun saplaqlı, lələkvari, 5–7 uzunsov dişlərdən ibarət olub tünd yaşıl rəngdədir. Hamaşçiçəkləri boş azsaylı çiçəklərdən ibarətdir. Kasacıqları tünd qırmızı rəngdədir. Ləçəkləri 3–8 mm uzunluğunda tünd qırmızıdır. Bitki may–iyun aylarında çiçək açır, iyun–iyulda meyvə verir.

Bataqlıq gördəvəri Azərbaycanda Naxçıvan MR-ın dağlıq zonası olan Biçənək ərazisinin bataqlıq və nəmli çəmənliklərində yayılmışdır.

Bitkinin yarpağının tərkibindən 12,5% aşı maddəsi, 431 mq% askorbin turşusu, 19 mq% karotin, kumarinbri, kempferol, kversetin, flavonoidləri, ot hissəsindən 185 mq% askorbin turşusu, 17,5 mq% karotin, saponin, flavo-

noid, üzvü turşular, kökümsovundan 10%-ə qədər aşu maddəsi və s. tapılmışdır.

Kökümsov hissəsinin tərkibindən 5,51% kül maddəsi, mq/q olmaqla 12,00-K, 17,50-Ca, 2,40-Mg, 0,50-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 50,30-Mn, 11,40-Ci, 30,40-Zn, 0,64-Co, 1,04-Cr, 6,0-Al, 115,40-Ba, 2,20-V, 0,06-Se, 3,36-Ni, 55,80-Sr, 1,36-Pb, 5,60-B mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Yerüstü hissəsindən isə 5,25% kül, mq/q olmaqla 10,80-K, 11,90-Ca, 5,20-Mg, 0,70-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 128,00-Mn, 8,16-Cu, 48,70-Zn, 0,24-Co, 0,72-Cr, 144,88-Al, 87,84-Ba, 0,24-V, 0,04-Se, 1,12-Ni, 3,92-Sr, 1,28-Pb, 24,80-B, 0,11-Li, 2,00-Li, mikroelementləri tapılmışdır.

Ənənəvi tibbdə kökümsovlarından hazırlanan dəmləmə və cövhərindən revmatizm, osteoxondroz, radikulit, mədə ağrılarında, qanaxmalarda, mədə-bağırsaq pozuntularında, qaraciyər xəstəliklərində istifadə olunur. Bundan başqa bitkinin bütün hissələrindən hazırlanan dəmləmələri vərəm, tromboflebet, sarılıq, sinir xəstəliklərində tətbiq edilir. Otundan maddələr mübadiləsi pozuntularında, qudurmuş itlərin dişləməsində, uşaqlıq qanaxmalarında və s. işlədilir. Təzə yığılmış və doğranmış otundan irinli yaraların üzərinə qoyurlar.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçəklərindən və payız vaxtı yerdən qazılıb çıxarılmış kökümsovlarından istifadə edilir.

Osteoxondroz və revmatizmdə. 1 xörək qaşığı doğranmış kökümsovlarından götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya töküb qaynama dərəcəsinə gətirin. 1 saat dəmlədikdən sonra süzüb, gündə 3 dəfə isti halda yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qədər daxilə qəbul edin. Müalicə uzunsürəndir. Xəstəliyin yaxşılaşması 2 aydan sonra özünü göstərəcəkdir.

Podaqra və poliartritdə. 100 q doğranmış kökümsovdan götürüb 0,5 litr arağın üzərinə töküb, 3 saat dəmləyin. Yeməyə 30 dəqiqə qalmış gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı qəbul edin. Müalicəni 3 həftə apardıqdan sonra 3 gün dayandırıb, yenidən 3 həftə davam etdirin. Müalicə kursu 4 etapdan ibarətdir.

Radikulit və revmatizm zamanı. Bitkinin vannasından qəbul etməyi məsləhət görürlər. Bunun üçün 5 xörək qaşığı xırda doğranmış kökümsovundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb 1 saat dəmləyin. Sonra süzüb vannaya tökün və vannasını qəbul edin.

Mədə ağrılarında soyuqdəymə və vərəm xəstəlikləri zamanı. 1 xörək qaşığı qurudulmuş və doğranmış ot və kökümsovundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və qaynama dərəcəsinə çatdırın. 1 saat dəmləyib süzün. Sonra gündə 3–4 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Bataqlıq gördəvəri həm də nektar, boyaq və yem əhəmiyyətinə malik bitki sayılır.

Biz ilk dəfə bunun çiçək, yarpaq, gövdə və kökümsovlarından boyaq məhlulu hazırlayıb yun və ipək məmulatlarını çəhrayı, qonur, zeytunu, açıq qəhvəyi, bozumtul, firuzəyi, tünd qəhvəyi və s. rəng və çalarlara boyadıq.

Qarağacyarpaq quşqonmaz — *Filipendula ulmaria*

Dünya florasının tərkibində quşqonmaz cinsinin 10-a yaxın növü yayılmışdır. Qafqazda, o cümlədən, Azərbaycanda 2 növünə rast gəlmək olar.

Müalicə, boyaq, aşı və kosmetika sahəsində istifadə olunan ən qiymətli növlərdən biri qarağacyarpaq quşqonmazdır — *F. ulmaria*. Hündürlüyü 100–200 sm olan qarağacyarpaq quşqonmaz sürünən, kökümsovu möhkəm, qabırğa gövdəsi olan çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları lələkvəri bölünən, yuxarıdakı yarpaqları 3–5 şəkilli, 2–5 ədəd bərabər ölçülü iri, enli yumurtavari və yaxud yumurtavari-lanset mişarşəkillidir. Yan yarpaqcıqlar cüt, xırda, kənarları dişlidir. Yarpaqların üstü yaşıl, arxa hissəsi ağımtıl formalıdır. Çiçəkləri çıx, süpürgəyəoxşar salxımda toplanmışdır. Ləçəkləri sarımtıl-ağımtıldır. Meyvə yarpaqları 6–10 ədəd, spiralformalı, qıvrımca, demək olar ki, çılpacdır. Meyvəsi çoxlu fındıqçadan ibarətdir.

Bitki Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba ərazisində, Naxçıvan və Lənkəranın dağlıq zonalarında yayılmışdır. Ən çox nəmli çəmənliklərdə rast gəlmək olar. Qarağacyarpaq quşqonmazın bütün hissələrindən aşı maddəsi, flavonoid, efir yağı tapılmışdır. Belə ki, yarpaq, kök boyuncuğu, kökündə və çiçək hissələrinin tərkibində 3,5–21,8%-ə qədər aşı maddəsi, 0,67–10,7%-ə qədər lüteolin, kempferol, kversetin, sianidin, çiçəklərindən isə 0,22% efir yağı, C vitamini və s. tapılmışdır. Tərkibində aşı maddəsi olduğu üçün ondan hazırlanan dəmləmədən və cövhərlərdən büzüsdürücü vasitə kimi mədə-bağırsaq xəstəliklərində, yarasagəldici kimi, tərgətirici, epilepsiya, revmatizm, oynaq ağrılarında işlədilir.

Kökündən, eləcə də çiçəklərindən hazırlanan dəmləməsindən əsəb, hipertoniya, zökəm xəstəliklərində, həmçinin qurdqovucu və sidikqovucu vasitə kimi istifadə edilir.

Tibet və monqol təbabətində ağ ciyər xəstəliklərində, həzm orqanlarının nizamına salınmasında işlədilir. Bundan başqa sulu çıxarışı ilə damarbərki-dici kimi soyuqdəymə, yara əleyhinə, əsəb, bağırsaq xəstəliklərində və həyəcanlanmada tətbiq edilir. Yayın istisində bitkilərin əksəriyyətində olan şəh damcıları buxarlanıb yox olduğu halda, quşqonmazın yarpaqlarının üzərinə yerləşən «yaşıl fincanın» içərisi həmişə sərin şəh damcıları ilə dolu olur. Burada isə bitkilər, ağaclar, günəş və göy əks olunur, aşağı əyilsən, sən də öz əksini görə bilərsən. Yarpağa toxunan kimi yaşıl fincanın içərisindəki sərin şəh damlaları yerə tökülmədən, civə kimi o tərəf – bu tərəfə axır. Orta əsr kimyagərləri bu suyu «göy damcısı», «göy şəhi» kimi təsvir edib, onun

köməkliyi ilə «fəlsəfə daşını» axtarmağa başlamışlar. Bitkinin latınca elmi adı «alxemillya» da elə buradan götürülmüşdür. Orta əsrlərdə Qərbi Avropa xalqları quşqonmazı ot kimi təsvir etmişlər. Qədim zamanlarda belə düşüncüydülər ki, əgər səhər tezdən üzünüzü quşqonmazın şək damcıları ilə yusanız, sizin əvvəlki gözəlliyiniz özünə qayıdır. O zamandan bəri bir çox ölkələrin, xüsusilə də İsveçrənin qadınları quşqonmazın şək damcısı ilə dolu yarpaqlarla sifətlərini silərək artıq piyləri, çil və piqment ləkələrini yox edirmişlər. Quşqonmazın otundan hazırlanan cövhərlərdən vanna şəklində, yaş sarğı halında, təpitmə formasında dəri səthində olan irinli yaraların, çiban, ekzema və qoturun müalicəsində istifadə edilir. Təzə yarpaqlarını qurudub narın toz halına salaraq kəsik yaraların üzünə çəkib qanı kəsərmişlər.

Biz respublikamızda ilk dəfə olaraq quşqonmazın kök hissələrindən aşı təbiətli boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipi bozuntul, sarı, sarı-narınca, narıncı, yaşımtil, qəhvəyi, zeytunu, tütünü, bozuntul qara və s. rəng və çalılara boyadıq. Alınan rəng və çalarlar fiziki-kimyəvi təsirlərə qarşı davamlı olub xalçaçılıq sənayesində istifadə oluna bilər.

İpəkli şaxduran — *Alchemilla sericata*

Dünya florasının tərkibində şaxduran cinsinin 500-dən artıq növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 100, o cümlədən, Azərbaycanda 21 növünə təsadüf edilir. Xalq arasında bu bitkiyə «şah otu» da deyirlər. Xalq təbabətində şaxduran cinsinin bir neçə növündən istifadə edilir. Bunlardan biri ipəkli şaxduran adlanır.

İpəkli şaxduran — *A. sericata*. 50–60 sm hündürlüyündə olan, çoxlu budaqlara malik, düz və sərt gövdəli çoxillik ot bitkisidir. Kökətrafi yarpaqları böyrəyəoxşar, yaxud da yarımdayıq formasındadır, uzunluğu 0,8–3,5 sm, eni isə 1,4–4 sm-dir. Yarpaqları dərin kəsikli olub 7 pərdədən ibarətdir. Çiçək yarpaqları çox vaxt qısa, uzunsov yarpaqlardan ibarət olub, ucu iti tikanlarla qurtarır. Çiçəkləri sıx yumşaq olub, 1,3–3,5 mm uzunluğundadır. Kasacıqları eyni uzunluqda olub, ürək və ya yumurta formasındadır.

İpəkli şaxduran Azərbaycanda əsasən Quba bölgəsində, Qafqazın şərq və qərb, Kiçik Qafqazın şimal və mərkəz rayonlarında, Naxçıvan MR-in dağlıq ərəzilərində, Diabarda, subalp və alp çəmənliklərində, ən çox isə qayalıq və daşlı-çınqıllı sahələrdə, bəzi hallarda quru çəmənliklərdə və otlaqlarda təsadüf olunur. İpəkli şaxduran küləkdən, yandırıcı günəş şüalarından, həmçinin mal-qaradan «qorxub çəkinməyən» bitki sayılır. Bu bitkini qədim yunanlar «pələng pəncəsi», ukraynalılar «sehrli ot», «şək yaradan», ən qərribəsi isə «Allahın göz yaşı» adlandırırlar. Xalq təbabətində bir sıra xəstəliklərin müalicəsində ondan geniş istifadə edilir. Belə ki, bitkinin yaşıl hissəsindən hazırlanan dəmləmə, cövhər və məhləmlərdən həm mədə

ağrılarında sakitləşdirici kimi, həm də bağırsağ köplərində və həzmin nizama salınmasında işlədilir. Şaxduranla İslandiya mamırının qarışığı isə ağ ciyər, xroniki bronxit, astmatik xəstəliklərin müalicəsində tətbiq edilir. Həmin məlhəmi təbii antibiotik adlandıraraq sidik kisəsi və böyrək ağrılarında da işlədirlər. Qadınlar keçmişdə bitkinin yarpaqlarından toplanan şəh damcılarını toplayıb üzlərini yuyar, bununla da sifətlərinin elastikliyi və parlaqlığını artırardılar. Ondən krem və mazlar hazırlayıb dəriyə sürtərək xoşagəlməz halları aradan qaldırdılar. Ot hissəsində aşıləyici maddə olduğuna görə ondan ishal zamanı büzüsdürücü vasitə kimi istifadə olunur.

Orta əsrlərdə kimyagərlər şaxduranı «hikmət daşı», «həyat cövhəri» almağa çalışırdılar. Rəvayətlərə görə, Medeya, Hekata, Sirsiya, Afrodita və başqa əfsənəvi qadınlar sağlam və gözəl görünmək üçün bu bitkidən geniş istifadə etmişlər. Şaxduranı təbiətdə asanlıqla tanımaq olar. Belə ki, onun parıldayan yarpaqları sanki insanları uzaqdan özünə cəlb etmək üçün formalaşmışdır. Kənarları mişar dişlərinə oxşayan yarpaqlarından sallanan şəh damcıları bitkinin uzaqdan işıq saçan şəkəkəyə bənzədir. Yarpağın ortasında yerləşən şəh damcısı isə parlaq mərcan daşını xatırladır. Elə bu xüsusiyyətlərinə görə də bitkiyə çox vaxt elə «göy şəh», «şəcik», «Allahın göz yaşı» və s. deyirlər.

Müalicə üçün bitkinin yarpaq və ot hissəsindən istifadə edilir. Bu məqsədlə bitkini çiçək açan zaman toplayırlar. Bitkinin tərkibindən 9,4% aşı maddəsi, 2,5% flavonoid maddələri, antosian, fenol, karbon turşuları, piy maddəsi, kumarin, leykosianidin, acımtıl maddə, qatran, fitosterin, liqnin maddəsi ilə yanaşı bor, manqan, sink mikroelementləri, C vitamini aşkar edilmişdir. Bir sıra ölkələrin xalq təbabətində çoxdandır ki, kəskin və xroniki bronxit, loringit, xroniki qastrit, sistit xəstəliklərində, daxili qanaxmalarda, enterit, kolit, qara ciyər, böyrək, xroniki pielonefrit, hipomenstrual sindromlarda, vərəm və bağırsağ köpmələrində kəşik və yara qanaxmalarında geniş istifadə edilir. İkinci dərəcəli şəkər zamanı qanda şəkərin normal saxlanılmasında dərman qəbul etmədən gözəl nəticə verir. Şaxduranı hazırlanan preparatlarla qan xəstəliklərini, dəri vərəmini, qızıl yel, ürək xəstəliklərini müalicə edirlər.

Bitki vasitəsilə Bolqarıstanda böyrəkdə baş verən qan sızmalarını, Almaniyada çayın tərkibinə daxil edib ateroskleroza, qan azlığını, piylənməni, epilepsiyani, suçiçəyini və s. müalicə edirlər. Məşhur həkim Rudolf Broyusun «Xərçəngin tam müalicə kursu» əsərində qeyd edir ki, şaxduranla döş, yumurtalıq və uşaqlıq nahiyələrində əmələ gələn xərçəng xəstəliyini müvəffəqiyyətlə müalicə edirmişlər. Bunun üçün 1 xörək qaşığı quru şaxduran, 1 xörək qaşığı da dalaşmaz 2 stəkan qaynar suya töküb dəmləyin. Ekstrakt soyuduqdan sonra süzüb soyuq halda gün ərzində bir fincanı qurtum-qurtum içmək məsləhətdir.

Piylənmə və epilepsiya zamanı isə 1 çay qaşığı şaxduranla, 1 çay qaşığı dalamazı 1 fincan soyuq suda 10 dəqiqə dəmləyin. Gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış fincanın 1/3 hissəsi qədər için.

Şaxdurandan hazırlanan dəmləmə və cövhərlərdən çətin sağalan yaraların, sızanaqların müalicəsində işlətməklə yanaşı, sifətin tərəvətli və şəffaf olması üçün də istifadə edilir. Sulu dəmləməsindən göz xəstəliklərində, burun nahiyəsinin yuyulmasında, yara qanaxmalarında işlədilir.

1996-cı ildə həkimlər bir rus qadınının boğaz nahiyəsində xərcəng aşkar edirlər. Həmin qadın şaxduran ekstraktını çuğundur şirəsi ilə qarşdırıb mütəmadi olaraq qəbul etmiş və beləliklə də özünü bu qorxunc xəstəlikdən xilas etmişdir.

Biz isə ilk dəfə olaraq şaxduranın yerüstü hissəsindən boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipi sarımtıl-qonur, sarı, sarı-narıncı, qonur, zeytunu, firuzəyi, bozumtul-yaşıl, tütünü, qəhvəyi, şabalıdı və s. rəng və çalarlara boyamağa nail olduq.

Gavalı — *Prunus*

Dünya florasının tərkibində gavalının 30-a qədər növü yayılmışdır (F.X.Baxteyev, 1970). Azərbaycanda 5 növü (2 növü mədəni halda əkilir) yayılmışdır. Gavalı ən qədim bitkilərdən hesab edilir. Hələ daş dövrü insanların gavalı bitkisinin meyvələrindən qida kimi istifadə etmələri haqqında tarixi mənbələrə rast gəlirik.

Bitkinin bütün hissələrinin tərkibindən çoxlu miqdarda aşı maddəsi aşkar edilmişdir. Bitkidən alınan ekstraktlardan entrit və dizenteriya xəstəliklərində geniş istifadə edilir. Gavalının kök, budaq, çiçək və yarpaqlarından alınmış ekstraktlar soyuqdeymə, bakterisid, eyni zamanda maddələr mübadiləsinin nizama salınmasında böyük rol oynayırlar. Çəyirdəyinin içərisindəki toxumu da xeyirlidir. Yaxın vaxtlarda toxumunun tərkibində tapılan B₁₇ vitamini hüceyrələrdə baş verən zərərli mutasiyaların qarşısının alınmasında mühüm rol oynayır. Bu maddə — B₁₇ — orqanizmi xərcəng xəstəliyindən qoruyur. Gavalının tərkibində çoxlu pektin maddəsi tapılmışdır ki, insanda baş verən ateroskleroz xəstəliyinin müalicəsində istifadə edilir, orqanizmi zəhərli maddələrdən, ağır metallardan, radionukleidlərdən təmizləyir. Bundan başqa gavalının tərkibində insan sağlamlığı üçün çox mühüm əhəmiyyət kəsb edən kalium, kalsium, fosfor, maqnezium, manqan və s. makro və mikroelementlər, B vitamin qrupu, askorbin turşusu, karotinoid və s. vardır. Şəkərli maddələrdən fruktoza, saxaroza olmadığı üçün dietik qida kimi şəkər xəstəliyinə tutulmuş insanlara bundan yeməyi məsləhət görürlər. Meyvənin ən müsbət xüsusiyyətlərindən biri də ondan ibarətdir ki, onun konservləşdirilmiş meyvəsinin tərkibindəki maddələr olduğu kimi qalır.

Gavalıdan dərman preparatlarının hazırlanması.

Dizenteriya, entokolit və kolitin müalicəsi üçün. Gavalının nazik üz qabığını soyub ehmalca əzib gündə 2 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Ateroskleroz və onun qarşısının alınması, profilaktik tədbirlər görmək, şüa terapiyasından sonra və yaxud ekoloji cəhətdən ziyanlı olan radioaktivlik dərəcəsi yüksək olan zonalarda (Qəbələ timsalında), uzun müddət antibiotik və sulfanilamid tərkibli preparatlarla müalicə olunan zamanı: gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yemək arası gavalının yumşaq ətli hissəsindən qəbul edin.

Xroniki qəbizlik, bağırsaq fəaliyyətinin normaya salınmasında, uzun müddət oturaq iş sistemində çalışan yaşlı insanlar üçün. 1 xörək qaşığı gavalının çiçəklərindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat dəmləyib süzün. Ekstraktdan gündə 2–3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Nefrit, pielonefrit, sistit, həmçinin dəri xəstəlikləri (psoriaz, neyrodermit, ekzema) zamanı əlavə müalicə vasitəsi kimi. Çiçək və yarpağının qarışığından 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat dəmləyib süzün. Ekstraktdan gündə 4 dəfə, 3 xörək qaşığı yeməyə 20 dəqiqə için qəbul edin.

Şiş zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış təzə yarpaqlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb çay kimi dəmləyib bütün günü için.

Mədə yaralarında. Gavalının zədələnmiş gövdələrində əmələ gələn kitrəsindən (kleyindən) götürüb dilinizin altına qoyub gündə 1–2 dəfə sorun.

Qırışmış dərilərin müalicəsində. Hər gün və yaxud günəşarı gavalının yetişmiş meyvəsindən hazırlanmış sıyığından sifətinizin dərisinə yaxıb 10–12 dəqiqə saxlayıb, isti su ilə yuyun və istifadə etdiyiniz qidalı kremdən sürün. Müalicə kursu 10–12 əməliyyatdan ibarətdir.

Hipertoniya və böyrək patologiyası zamanı. Gavalının tərkibində çoxlu miqdarda kalium olduğu üçün bunun meyvəsindən yeyən zaman orqanizmdə olan artıq duz və suyun kənar edilməsinə səbəb olur. Böyrək, qara ciyər və ürək xəstəlikləri zamanı gavalı kompotu qəbul etməyi məsləhət görürlər.

Xolesterin mübadiləsinin pozuntusu zamanı. 100 ml gavalı şirəsinin üzərinə 1 xörək qaşığı bal əlavə edib gündə 3 dəfə yeməqabağı qəbul edin.

Mədə qıçqırmasını aradan qaldırmaq üçün. Səhər tezdən acqarına 1 stəkan gavalı şirəsi qəbul edin. Bu əməliyyatı yerinə yetirmiş olsanız siz qastrit, mədə, onikibarmaq bağırsaq xəstəliklərinə qalib gələ bilərsiniz. Gavalı həyəcanı, stressləri, qorxu hissələrini aradan qaldırır. Bunun üçün bir həftə ərzində gündə 200 q gavalı qəbul etməlisiniz.

Gavalıdan müalicəvi qidaların hazırlanması.

Gavalıdan şirənin hazırlanması. 1 kq çəyirdəyi çıxarılmış gavalı,

400 q şəkər tozu götürün.

Heç bir yeri zədələnməyən gavalı meyvəsini qazana töküb duxovkaya qoyun və 8–10 dəqiqə 65–70 dərəcə temperaturda saxlayın. Meyvənin ətli hissəsinin şirəsini çıxardın. Sonra şirənin tərkibinə şəkər tozu əlavə edib qaynama dərəcəsinə gətirin. Bankanı isti suda sterilizə etdikdən sonra aldığınız şirəni bankalara doldurub ağzını qapaqla möhkəm bağlayın və yeri gəldikcə istifadə edin.

Gavalıdan povidlonun hazırlanması. 1 kq çeyirdəyi çıxarılmış gavalı, 300 q şəkər tozu və 1 sətkan su götürün. Gavalı meyvəsinin çeyirdəyini çıxarın və qazana töküb, su əlavə edib zəif od üzərinə qoyun, sıyıq şəklinə düşənə qədər qaynadıb üzərinə şəkər tozu səpin. Sonra qabaqcadan sterilizə edilmiş şüşə bankalara doldurub, qapaq qoyub, bərkidin. Aldığınız povidlanı sərən, qaranlıq yerə qoyub yeri gəldikcə süfrəyə verib istifadə edin.

Gavalı qaxacının (qurusu) hazırlanması. Sağlam meyvəsini götürüb yuyun və təmiz ağ pambıq parçanın üzərinə sərüb, azca qurudun. Sonra zəif yandırılmış duxovkaya qoyub, çox qurumağa qoymayın. Meyvəni şirinləşənə qədər saxlayıb üzərinə şəkər tozu səpib qabaqcadan sterilizə edilmiş şüşə bankalara doldurub ağzını bağlayın və soyuducuda saxlayın.

Gavalıdan marmeladın hazırlanması. 1 kq gavalı, 250 q şəkər tozu, 100 ml moruq və yaxud çiyələk şirəsi götürün. Gavalını yuyub, qabığını və çeyirdəyini təmizləyib ləyəne tökün, üzərinə şəkər tozu səpib zəif od üzərinə qoyub şirə çıxana və şəkər tozu əriyib qurtarana qədər qaynadın. Sonra odu şiddətləndirib bişirməyə başlayın. Gavalı şirəsini qarışdıraraq qarışdırma davam etdirin. Məhsulun hazır olmasına az qalmış zövqünüzə görə vanil, moruq və yaxud çiyələk şirəsi əlavə edin. Elə ki, kütlə qatılmağa başladı, odun üzərindən götürüb isti halda bankalara doldurub ağzını salfet və yaxud perqament kağızı ilə sarıyıb soyuducuda saxlayın.

Gavalıdan sousun (şirənin) hazırlanması. 25 ədəd sağlam gavalı, 100 q şəkər, 3/4 hissə çaxır, 1/2 xörək qaşığı kartof unu, götürün. Gavalını qazana töküb üzərinə az su əlavə edin. Sonra gavalını sürtgəcdən keçirib üzərinə, kartof nişastası, zövqünüzə görə şəkər, çaxır əlavə edib qarışdırın və odun üzərinə qoyub qarışdıraraq qarışdıraraq qaynadın. Alınmış sousu kükü və sıyıqla bir'ə süfrəyə verin. Quru gavalı meyvəsindən də sous hazırlamaq olar.

Göyəm — *Prunus spinosa*

Göyəm — *Prunus spinosa*. Çoxlu, qollu-budaqlı kol və ya 3–4 m hündürlikdə olan alçaq ağacdır. Cavan zoğları sarımtıl-qonur və ya qırmızımtıl rəngli məxməri tüklü və çılpəkdir. Tumurcuqları enli-yumurtavaridir. Yarpaqları ellipsvari, tərs yumurtavaridir. Çiçəkləri tək-tək və ya nadir hallarda

cütdür. Ləçəkləri ağ və yaşıl rəngə çalır. Mart–may aylarına qədər çiçək açır, iyul–avqustda meyvə verir.

Göyem Azərbaycanın Samur–Dəvəçi ovalığında, Quba rayonu ərazisində, Kür–Araz ovalıqlarında, Alazan–Əyriçay vadisi ətrafında, Kiçik Qafqaz ərazisində, Lənkəranın dağlıq zonalarında yayılmışdır. Göyem ovalıqlardan başlamış orta dağ qurşaqlarına qədər ərazilərdə təsadüf edilir. Göyem meyvələrində 6,65–7,07% şəkər (qlükoza və fruktoza), 0,8–1,7% alma turşusu, aşı maddələri aşkar edilmişdir. Təzə və qurudulmuş şəkildə yeyilir, şorabaya qoyulur, kompot, mürəbbə, şərbət, likör, araq, şirkə hazırlanır. Şaxta vurduqdan sonra göyem meyvələrinin büzüşdürücü xüsusiyyətləri azalır, şəkərin miqdarı artır, beləliklə meyvələr daha şirin olur. Göyəmin yarpaqlarında 195–200 mq%-ə C vitamini tapılmışdır.

Göyem sıx gözəl çiçəklərə malik olub çələngi xatırladır. Göyem qiymətli dərman bitkisi hesab edilir. Onun bütün hissələri — çiçək, meyvə, cavan budaqları, yarpaq, qabıq, kökü müalicəvi təsirə malikdir. Yazda onun çiçək və cavan yarpaqlarını toplayıb, mehvuran kölgəli yerlərə sərib qurudaraq istifadə edirlər.

Göyəmin çiçək və yarpaqları işlədici, sidikqovucu, ödqovucu qantemizləyici xüsusiyyətlərə malikdir.

Kök və kökümsovları isə tərqovucu, istiliksalıcı, meyvəsi isə büzüşdürücü xüsusiyyətlərə malikdir.

Qəbizlikdə və bağırsağın iltihabı zamanı. 2 çay qaşığı çiçəyindən götürüb stəkana töküb 3–5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra dəmləyin. Alınmış dəmləmədən gündə 2 dəfə stəkanın 3/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin. Bağırsaqların işi normaya düşənə qədər məhsuldan qəbul edin.

Böyrək və sidik kisəsi soyuqdaymələrində, həmçinin dəri xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı çiçək və yarpaq qarışığından götürüb 1 sətkan qaynar suya töküb bir saat dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış ekstraktından gündə 4–5 dəfə yekməkdən qabaq 3 xörək qaşığı qəbul edin.

Maddələr mübadiləsinin pozulmasında böyrək və sidik kisəsi soyuqdaymələrində. 3 xörək qaşığı təzə çiçəkdən götürüb 0,5 litr qaynar suda 20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 4–5 dəfə yeməkdən qabaq stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Soyuqdaymə zamanı. 2 çay qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 15–20 dəqiqə qaynadın. 2 saat dəmlədikdən sonra süzüb stəkanın 1/4 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə qurtumla qəbul edin.

Badam — *Amygdalus*

Dünya florasının tərkibində badam cinsinin 40-a yaxın növü yayılmışdır (R.V.Zamislov və A.S.Lożina-Lożinskaya 1954). Qafqazda 8, o cümlə-

dən Azərbaycanda yabamı halda 3 növünə təsadüf edilir. 1 növü *A. communis* mədəni halda becərilir. Xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində adi badamdan daha çox istifadə olunur.

Adi badam — *A. communis*, hündürlüyü 6–7 m olan kiçik ağac və kol bitkisidir. Cavan budaqlarının qabığı qırmızımtıl-qəhvəyi, yaxud qəhvəyidir. Ellips şəkilli dilimli yaşıl yarpaqlara malikdir. Tək-tək yerləşən solğun çəhrayı və ya ağ rəngli gözəl çiçəkləri var. Meyvəsi tumlu və qabıqlıdır, bir toxumludur, toxumların üzəri sarı-qonur rəngli nazik pərdə ilə örtülmüşdür. Badam yazın ilk vaxtında çiçəkləyir, avqust–sentyabr aylarında meyvəsi yetişir. Badam ağacı çox qədim vaxtlardan becərilən qiymətli bitkidir. Onun üç növündən, şirin badam *A. communis*, dağ badamı — *A. fenzliana*, nair badamdan — *A. nariica* istifadə edilir. Hər üç növ ağac bir-birinə oxşayır. Yalnız toxumlarının dadı ilə fərqləndirmək mümkündür. Azərbaycanda əsasən Abşeronda becərilir. Bitkinin toxumlarında 50–60%-li piyli yağ, 20–30% zülul, həmçinin selik maddəsi, 2,97% saxaroza, 3,1–3,8% panitozlar, B₂ vitamini, kalium, kalsium və maqnezium, fosfor turşusu, duzları vardır. Dağ badamının toxumlarında yuxarıda göstərilənlərdən başqa 3–4% amigdalin qlükozidi vardır ki, bu da parçalandıqda qlükoza şəkərini, benzoy aldehidini və sianid turşusunu əmələ gətirir.

Qanlıq hissəsindən 4,9–5,0%-ə qədər aşı maddəsi, oduncaq və yarpaqlarından kempferol, kversetin, meyvəsindən qlükoza, qalaktoza, malzoza, saxaroza, quzuqulağı turşusu və s. aşkar edilmişdir.

Dağ badamında olan amiqdalin qlükozidinin bu xassəsindən istifadə edərək ondan «acı badam suyu» adlı preparat alınır. Bu preparat mikstur dərman növlərinin tərkibində ağrıkəsici və sinir sistemini sakitləşdirici dərman kimi dərəcə halında qəbul edilir.

Elmi təbabətdə badamın toxumlarından alınan piyli yağlarından istifadə edilir. Xalq təbabətində şirin badam toxumlarını şəkərlə birlikdə əzib xörək qaşığı ilə gündə 3–4 dəfə öskürəyə qarşı qəbul edirlər. Sulu bişirməsini çiçək xəstəliyinə tutulanlara içdirlər. Naxçıvanda yerli əhali yabamı dağ badamının quru yarpaqlarını çay kimi dəmləyib ishala qarşı və qurd əleyhinə içirlər.

İbn Sina qeyd edir ki, badamın toxumu beynin və gözün inkişafına müsbət təsir edir.

Paxlalılar — *Fabaceae* fəsiləsi

Yapon soforası — *Styphnolobium japonicum*

Dünya florasının tərkibində sofora cinsinin 50-yə qədər növü yayılmışdır. Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda mədəni halda 1 yəni *Styphnolobium japonicum* növünə rast gəlmək olar. Bu, hündürlüyü 20–25

m-ə çatan, yarımkürə çətir yaradan, yarpağını tükən olub, dərin çatlı bitkidir. Zoğları və cavan budaqları tikansız olub, yaşildir, tumurcuq yarpaq saplağının qaidəsi ilə örtülüdür. Yarpaqları tək lələkvaridir, 11–25 sm uzunluğunda olub, 9–17 ədəddir. Çiçəkləri 1–1,5 sm uzunluğunda, sarımtıl-ağ rəngdədir, 15–30 sm uzunluqda seyrek süpürgə formasında budaqların qurtaracağında yerləşmişdir. Paxlaları 3–8 sm uzunluğundadır. İyul–avqust aylarında çiçəkləyir, meyvəsi sentyabr–oktyabr aylarında yetişir.

Azərbaycanda, xüsusilə Abşeron yarımadasında küçə, park və bağların yaşıllaşdırılmasında yapon soforasından istifadə edilir. Hazırda təkə Abşeron ərazisində 100 mindən çox belə bitki vardır. Soforanın çiçəklənmə dövründə, təqribən iyul ayının II yarısından avqustun sonuna qədər olan müddətdə onun əmələ gətirdiyi saysız-hesabsız iri sarı rəngli çiçək topluları öz gözəlliyi ilə göz oxşayır.

Azərbaycanda 1937-ci ildən geniş surətdə əkilib-becərilir. Vətəni Yaponiya və Cənubi Çin hesab edilir. Respublikamızın düzən rayonlarından tutmuş orta dağ zonasına qədər hər yerdə rast gəlinir, meşə, park və bağlar salınmasında, şəhərlərin yaşıllaşdırılmasında geniş istifadə olunur. Düzən rayonlarda, o cümlədən Abşeronda suvarma tələb edir. Yapon saforası ağ akasiyaya çox oxşayır. İlk görünüşdə onları bir-birindən ayırmaq çətin olur. Hər ikisinin qarşı-qarşıya düzülmüş uzunsov yarpaqları, həmçinin sarımtıl solğun ağ çiçəkləri bir-birinə oxşayır. Akasiya kimi yapon saforası da torpağa az tələbkardır. Bu keyfiyyətlərinə görə bitki Cənub rayonlarının iqlim-torpaq şəraitinə tez uyğunlaşaraq bu yerlərin daimi sakininə çevrilmişdir.

Sofora bitkisinin ən mühüm bioloji xüsusiyyətlərindən biri də (bütün paxlalılarda olduğu kimi) torpağı azot maddəsi ilə zənginləşdirməsidir. Bu müsbət xüsusiyyətlər saforanın cənub rayonlarının qumsal sahələrində əkilib-becərilməsinə səbəb olmuşdur.

Qədim dövrlərdə Yaponiya və Çində safora öz müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə sirli və müqəddəs sayılmışdır. Bitkinin tumurcuq və çiçəklərindən hazırlanan müxtəlif cövhərlərdən ekzema, dəri xəstəlikləri, ağ ciyər qanaxmaları, mədə və böyrək pozuntularında istifadə edilir. Xalq təbabətində safora ilə müalicə üsulları nəsildən-nəslə keçərək zəmanəmizə qədər gəlib çıxmışdır. Sofora ilə müxtəlif xəstəlikləri müalicə edən Kerç həkimi V.V.Liskov ömrünün axırına kimi bitkidən hazırladığı spirtli cövhərin tıbbə geniş tətbiq olunması üçün yorulmadan çalışmışdır. Spirtli cövhər zəhərsiz olub, xəstə orqanizm tərəfindən asan mənimsənilir və heç bir mənfi təsir göstərmir. Spirtli cövhərlər çətin sağalan irinli yaraların tezliklə sağaldılmasında, yeni əmələ gələn toxumaların formalaşmasında müsbət təsir göstərir və yaraların toxumalarla örtülməsini sürətləndirir. Birinci və ikinci dərəcəli yanıqları 5–6 günə sağaldır. 3-cü dərəcəli yanıqları, yeni xroniki hala keçmiş yaraların tədricən bitişib sağalmasına gətirib çıxarır. Cövhərdən dəri və rə-

mində, sifətdə əmələ gələn xoşagəlməz yaraların, dəridə baş verən dəmrovların, xroniki quru plevritin müalicəsində tətbiq edilir. 5–10%-li sulu cövhəri başın derisinə sürülüb tükün tamamilə tökülməsinin qarşısını alırlar. Axır vaxtlarda sofora cövhərinin tətbiq sahəsi daha da genişlənərək qarın boşluğunda baş verən bir sıra irinli yaraların yuyulub təmizlənməsində, tampon və salfetlərin isladılıb yaraların üzərinə qoyulub bağlanması, həmçinin qəza nəticəsində yaranan yaraların, qara ciyərin, mədə yarasının, kolit, gastritin, babasilin, göz qapaqlarında əmələ gələn itdirşeyinin, göbək və ekzemanın müalicəsində geniş istifadə edilir.

Yapon soforası həm bəzək, həm də qiymətli dərman bitkisidir. Müasir təbabətdə bu bitkinin çiçək qönçələrindən rutin preparatı istehsal edilir.

Rutin orqanizmin daxilində P vitamini təsirinə malik olduğundan, o, qan damarları və kapliyarların funksiyasının pozulması zamanı əmələ gələn bir çox xəstəliklərin müalicəsində geniş tətbiq olunur.

Müalicə məqsədləri üçün qönçə, çiçək, yarpaq və meyvəsindən rutin — $C_{37}H_{30}O_{16}$, soforin, kversetin — $C_{15}H_{10}O_7$, ramnoz, amiloz, soforozid və s. maddələr tapılmışdır, yayıldığı ekoloji şəraitdən asılı olaraq qönçəsinin tərkibindən 20–37%, yarpağından 17–18%, meyvəsindən 12%-ə qədər rutin maddəsi aşkar edilmişdir. Meyvəsinin tərkibindən 4,44% kül maddəsi, mq/q%-lə 17,30-K, 2,20-Ca, 1,20-Mg, 0,05-Fe makroelementləri, mkq/q-la 11,20-Mn, 13,00-Si, 25,80-Zn, 3,84-Co, 0,72-Mo, 0,40-Cr, 15,92-Al, 0,12-Se, 1,76-Ni, 1,44-Pb, 9,20-B, 0,15-I və s. mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Çiçəklərindən 5,16% kül maddəsi, mq/q%-lə 21,90-K, 5,50-Ca, 1,80-Mg, 0,10-Fe makroelementləri, mkq/q%-lə 14,80-Mn, 20,50-Zn, 0,80-Mo, 0,48-Cr, 51,14-Al, 0,18-Se, 3,12-Ni, 13,00-Cu, 3,04-Cr, 0,96-Pb, 34,40-B, 0,10-I və s. mikroelementləri tapılmışdır.

Yapon soforasının qönçə və meyvələrindən alınan rutindən mərkəzi sinir sistemində baş verən qansızmalarında, ürək pozuntularında, gözün torlu qişasının sağaldılmasında, hipertoniya, şəkər və damar divarlarında əmələ gələn sklerozun, eləcə də zəhərlənmələr zamanı baş verən qanaxmaların dayandırılmasında, eyni zamanda, onların qırılıb məhv olmasının qarşısını alınmasına işlədilir. Ümumiyyətlə, rutin yaşılımtıl-sarı rəngdə xırda kristallardan ibarət toz olub, askorbin turşusu ilə birlikdə 0,02–0,05 q doza ilə gündə 2–3 dəfə daxilə qəbul etmək məsləhət görülmüşdür.

Çində çiçək və meyvələrindən hazırlanan dəmləməsi ilə qansızmlar zamanı, hipertoniya, qan təzyiqinin aşağı salınmasında, insult (iflic) baş verdikdə istifadə edilir. Yaponiya soforasının meyvələrindən «yapon soforası» kamediyası adlı preparat hazırlanır ki, bundan da yara, ekzema və yanıqların müalicəsində istifadə edilir. Rutin maddəsini digər dərman preparatları ilə mäsələn, kversetlə qarışdırıb yeni bir keyfiyyətli rutin preparatı əldə edilir ki, bu da bakteriya əleyhinə istifadə edilir.

Keçmiş SSRİ-də yapon soforasının təzə meyvələrindən hazırlanan spirtli cövhərdən «soforin» preparatı hazırlanmışdır. Bu ekstrakt tünd-qəhvəyi rəngdə, xoş iyli və acımtıl dada malik olub orqanizmin xaricində, o cümlədən dəridə baş verən irinli yaraların, ekzemaların, yanıqların dezinfeksiyaedici kimi yuyulmasında və pambıq tampona, salfetə hopdurulub plastır kimi yaraların üzərinə qoyulmasında istifadə olunur. Görkəmli Krasnodar həkimi M.S.Lüqorodski yapon soforasının meyvəyanlığından kitrə əldə edərək dəridə baş verən yanıqların, qəza nəticəsində yaranan yaraların, ekzemaların, dermatitlərin, qaşınma xarakterli dermatozların müalicəsində istifadə etməyi məsləhət görmüşdür. Y.Yevin təcrübə yolu ilə isbat etmişdir ki, yapon soforasından hazırlanan cövhər qanın laxtalanması və qan təzyiqini aşağı salır.

Bitkiyə vətəni Çin və Yaponiyada inamla yanaşaraq, damarların möhkəmləndirilməsində, vitamin çatışmazlığında, şüa xəstəliklərində, qan kapliyarları pozuntularının aradan qaldırılmasında, revmatizmdə, sarılıq xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Orta əsrlərdə Çin dövlətində yapon soforasının qönçələrindən 100 tonlarla toplayb «Çin Sarı giləmeyvəsi» adı altında təbii boyaq xammalı kimi bir çox ölkələrə ixrac edilirdi. Çinin özündə də bu bitkinin qönçə və meyvəsindən təbii boyaq alaraq, parça məmulatlarının, o cümlədən ipək parçaların boyanmasında işlədilmişdir. Yapon soforası toxum, kök, qələm vasitəsilə asanlıqla əkilib-çoxaldılır.

Biz isə ilk dəfə olaraq yapon soforasının qönçə, çiçək və meyvə hissələrindən boyaq ekstraktı hazırlayıb yun, ipək və pambıq məmulatlarını sarı, parlaq-sarı, qızılı-sarı, parlaq-narıncı, yaşıl, tütünü, zeytunu, mixəyi, qonur, açıq qəhvəyi və s. rəng və çalarlara boyamağa nail olduq. Alınan rəng və çalarlar fiziki-kimyəvi təsirlərə qarşı çox davamlıdır.

Yapon soforasının təzə paxla meyvəsini götürüb 70%-li spirtdə 1:1 nisbətində, quru meyvəsini isə 1:2 nisbətində 21 gün qaranlıq yerdə saxlayıb cövhərini hazırlayın. Sonra götürüb quru və soyuq yerdə saxlayın. Gündə 2–3 dəfə 1 çay qaşığı qəbul edin.

500 q təzə və yaxud 250 q quru paxla meyvəsindən götürüb qaynadılmış suda yuyun. Hər bir paxlanın meyvəsini iki yerə bölüb şüşə qaba töküüb üzərinə 0,5 litr araq əlavə edin, gündə 3–4 dəfə çalxalamaq şərtilə 10 gün qaranlıq yerdə saxlayıb cövhərini hazırlayın. Sonra meyvəni sıxıb kənara atır, filtr kağızından keçirib cövhəri şüşə butulkalara doldurub soyuducuda saxlayırlar. Cövhərdən gündə 3 dəfə 30–40 damcı suya qatıb qəbul edirlər.

Əkin ononisi — *Ononis arvensis*

Dünya florasının tərkibində ononis cinsinin 70–80-ə qədər növü yayılmışdır. Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda 5 növünə rast gəlmək olar.

Əkin ononisi — *O. arvensis* hündürlüyü 30–80 bəzən isə 200 sm olan, budaqlanan, uzun saçaqlı, odunlaşmış tünd-qonur gövdəsi düz, yaxud sərİLən, çoxbaşıqlı kök sisteminə malik çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları növbəli, saplaqlı, yuxarıdakılar sarı, aşağı və ortada yerləşən yarpaqları isə formalı uzunsov-ellips şəkillidir. Çiçəkləri cəhrayı və yaxud ağımtıl rəngdə, sünbüləoxşar həməşçiçəkdə, zoğların qurtaracağında yerləşmişdir. Meyvəsi paxlalı olub içərisində 2–4 toxumu vardır. Toxumları şar formasında, azca böyrəyə oxşar, tünd-qəhvəyi və yaxud zeytunu-qonur rəngdədir. İyul-avqust aylarında çiçək açır, sentyabr-oktyabrda meyvəsi yetişir. Əkin ononisi Azərbaycanın Samur-Dəvəçi, Böyük Qafqaz ərazilərində, Alazan-Əyriçay vadisində, Kür-Araz ovalığında, Naxçıvan MR-in dağlıq zonalarında yayılmışdır. Bu növə düzənliklərdən tutmuş orta dağ qurşaqlarına qədər, çay, əkin, çöl, arx, bulaq, bağ-bağçada, yol kənarlarında və kolluqlarda rast gəlmək olar.

Əkin ononisinin müalicəvi xüsusiyyətləri insanlara çox qədim dövrlərdən məlum olmuşdur. Dioskorid bitkinin kök hissəsindən böyrək və sidik kisəsində olan daşların təmizlənməsinin şahidi olduğunu qeyd edir.

Müalicə məqsədləri üçün köklərindən istifadə edilir. Köklərinin tərkibindən ononin qlükozidi-C₂₂H₂₂O₉ tapılmışdır ki, bu da hidroliz olunaraq formononetin-C₁₆H₁₂O₄ qlükozidi, onospin—C₂₁H₂₄O₉, ononetin—C₁₅H₁₄O₄, triterpendiol—C₃₀H₅₀O₂ və s. maddələrə çevrilir. Bundan əlavə kökündən piyli yağ, aşı maddəsi, efir yağı, qatran aşkar edilmişdir.

Kökündən 9,51% kül maddəsi, mq/q%-lə 3,20-K, 3,40-Ca, 4,20-Mg, 0,40-Fe makroelementləri, mq/q-la 0,14-Mn, 0,26-Cu, 0,16-Zn, 0,69-Mo, 0,02-Cr, 0,39-Al, 0,35-V, 14,20-Se, 0,62-Ni, 0,19-Sr, 0,08-Pb, 0,90-B, 0,15-I mikroelementləri tapılmışdır.

Hələ çox qədim zamanlarda əkin ononisinin kök hissələrindən dəmləmələr hazırlanmış, tərgətirici, sidikqovucu və qankəsici vasitə kimi istifadə edilmişdir.

Elmi təbabətdə kəskin babasil xəstəlikləri zamanı baş verən qanaxmaları dayandırır, ağrını azaldır, xroniki qəbizliyi aradan götürür, cövhəri ilə böyrək və sidik kisəsində olan daşların əridilib orqanizmdən kənar edilməsində istifadə edilir. Kosmetologiya sahəsində otundan hazırlanmış vannalarla dəridə olan ekzema və yaraların müalicəsində istifadə edir. Kökündən hazırlanmış məlhəmlər dəri çatlamalarında baş verən qanaxmaların dayandırılmasında işlədilir. Xroniki dəri xəstəliklərində kök hissəsindən alınan sulu dəmləmələrdən qantəmizləyici vasitə kimi istifadə edilir.

Kökünü payızda çıxarır, gövdə hissəsini kəsib atır, soyuq suda yuyur, sonra isə mehdəyən yerlərdə qurudurlar. Süni üsulla isə 40–60°C temperaturda xüsusi quruducularda qurudurlar. Yaxşı qurudulmuş xammal öz keyfiyyətini 2 il müddətində itirmədən saxlayır.

Əkin ononisinin əkildiyi hər hektar sahədən birinci il 8 sentner, ikinci ildə isə 22 sentner quru kök məhsulu əldə etmək olar.

Onun kök və kökümsovlarından Bolqarıstanda sidik kisəsi iltihabında, prostat vəzində, suçiçəyində, rus xalq təbabətində podaqrada, sidik kisəsində olan daşların əridilib kənar edilməsində, böyrək soyuqdəymələrində və revmatizmdə istifadə edilir.

Ononisin kök və kökümsovlarından müalicəvi preparatların hazırlanması.

Böyrək sidik kisəsi və revmatik xəstəlikləri müalicə etmək üçün. 1 xörək qaşığı doğranmış kökünü 0,5 litr qaynanmış suyun üzərinə tökərək qaynama dərəcəsinə gətirin, 15–20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 3–4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Babasil xəstəliyini müalicə etmək üçün. 2 xörək qaşığı doğranmış kökü 1 litr suya töküüb zəif od üzərinə qoyun, məhlulun 2/3-si buxarlanana qədər qaynadın. Sonra hazır olmuş dəmləməni süzüb, stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Xroniki qəbizlikdə. 3 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan arağın üzərinə tökün, bir həftə qaranlıq yerdə saxlayın. Sonra süzüb 1 çay qaşığı gündə 2–3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Maddələr mübadiləsinin pozulmasında, sidik turşusunun artmasında, böyrək və sidik kisəsində olan daşların kənar edilməsində, dəri xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı doğranmış kökü 1 stəkan suyun üzərinə töküüb qaynama dərəcəsinə çatdırın, üzərini örtüb yarım saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 3–4 dəfə bir xörək qaşığı həcmində yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Böyrəyin iltihabı (nəfrit) zamanı. Bitkinin kökündən götürüb kətan toxumu və tozağacı yarpağı ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürərək 1 stəkan qaynayı suya töküüb 3–4 saat dəmləyin və süzüb stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə, yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Əkilən qarayonca — *Medicago sativa*

Yayın isti günlərində çəmənliklərdə, meşə açıqlıqlarında, adi yol kənarlarında hündür, göy-bənövşəyi çiçəkləri olan çoxillik ot formalı — *Medicago sativa* bitkisinə rast gəlmək olar.

Əkilən qarayoncadan Fransada sənaye üsulu ilə karotin və xlorofil istehsal olunur. Çində isə tərəvəz və ədviyyat kimi işlədilir. Nektar bitkisi-dir. Mal-qara üçün qiymətli yem bitkisi hesab edilir. Ot və kök hissələrinin tərkibindən antosian maddələrindən 3,5-diqlükozid deflinidin, 3,5-diqlükozid malvidin, 3,5-diqlükozid petunidin və s. aşkar edilmişdir. Çiçəklərindən

isə leykoantosianidin, delfinidin, petunidin, malvinidin, sianidin və s. flavonoid və antosian birləşmələri aşkar edilmişdir.

Biz ilk dəfə olaraq 1986–1988-ci illərdə əkilən qarayoncanın çiçək və ot hissələrindən toplayıb laboratoriyada antosian və flavonoid tərkibli boyaq maddələri alıb, yeyinti və toxuculuq sənayesində sınaqdan keçirib, müsbət nəticələr əldə etdik.

Dərman məqsədləri üçün çiçək açan dövəründə toplanır, qurudulub xammalından istifadə olunur.

Əkilən qarayoncadan hazırlanan preparatlardan antiseptik, bakterisid, qankəsici, yarasəğaldıcı, sidikqovuçu, sakitləşdirici, qanda şəkərin miqdarının normaya salınmasında və qalxanabənzər vəzin müalicəsində işlədilir.

Qalxanabənzər vəzin fəaliyyətinin gücləndirilməsində. 2 çay qaşığı doğranmış quru otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb yarım saat dəmlədikdən sonra gündə 2–3 xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10–14 gündür.

Əsəb pozuntularında, stress zamanı, yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında. 1 çay qaşığı doğranmış hissəsindən götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküb, termosda 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 3 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu 14 gündür.

Pankreas vəzinin fəaliyyətinin artırılmasında. 1 çay qaşığı otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb termosda 2 saat dəmləyib süzün. Sonra gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu 10 gündür.

Şəkərin aşağı salınmasında. Qaryonca, vələmir və qaragilə yarpağından götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Sonra bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb 0,5 stəkan qaynar suya töküb zəif od üzərinə qoyub 5–7 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. Aldığımız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə 15 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Qanı dayanmayan yaraların müalicəsində. Bunun üçün qurudulmuş qarayoncayı toz halına salıb yaranın üzərinə səpib tənizlə saryın. Sargını gündə 1–2 dəfə dəyişin.

Sağalmayan yaraların müalicəsində. 1 xörək qaşığı otundan götürüb qaynar suya töküb qapaqla örtün və 7–10 dəqiqə saxlayın. Sonra süzün və 4 qat tənizfə hopdurub xəstə nahiyənin üzərinə qoyub saryın. Müalicəni yara sağalana qədər davam etdirin.

Dəri xərcənginin müalicəsində əlavə vasitə kimi. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 stəkan qaynar suya tökün. 2 saat dəmlədikdən sonra tənizfə hopdurub xəstə nahiyənin üzərinə qoyub saryın. Sargını gündə 2 dəfə dəyişdirin.

Diqqət! Bitki nisbətən zəhərli olduğundan daxilə qəbul edən zaman götürülən xammalın miqdarına diqqət verin.

Gəvən cinsinin dünya florasının tərkibində 1600–2000 növü yayılmışdır. Bunlardan 800 növünə keçmiş SSRİ ərazisində, 235 növünə Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda 150 növünə rast gəlmək olar.

Cinsin adı astranal — *Astragalus* sözündən götürülərək — Dioskorid onu paxlalılar fəsiləsinə daxil olan bitki adlandırıb. Bitkinin yunanca adı — «*astaragolos*» qoyunun oynaq sümüyü adlanan «topuq» sözünün mənasını bildirir. Bu bitkinin toxumunun formasını xatırladır.

Gəvəndən müalicə məqsədləri üçün may–iyun aylarında toplanmış otundan istifadə edilir. Ən yaxşısı may ayının axırları toxum fazasına qədər toplamaq məsləhət görülür. Bitkini əl ilə toplamaq olmaz. Çünki tumurcuğu zədələne bilər. Toxum əmələ gətirməsi üçün budaqlarının bir hissəsini saxlamağı məsləhət görürük. Toplanmış xammalı tez qurutma məntəqələrinə gətirib təhvil vermək lazımdır. Bitkini çürümüş, zədələnmiş hissələrdən təmizləyib, qayçı ilə xırda hissələrə salıb, kağız üzərinə nazik təbəqə halında sərib, meh vuran kölgəli yerlərdə qurudurlar. Quruma o vaxt başa çatmış olur ki, bitkiyə azacıq toxunduqda yarpağı və çubuğu asan əzilib qırılır.

Altıçıxəkli gəvənin tərkibindən — saponinlər, flavonoid birləşmələri, qlissirizin, kversetin, kempferol birləşmələri və onların qlükozidləri aşkar edilmişdir. Gəvəndən hazırlanan preparatlardan Tibet, Çin, Monqolustan, Koreya, Hindistan və Rusiya tibb sahələrində istifadə olunur.

Astraqaldan preparatlar ilə orqanizmin müqavimətinin möhkəmləndirilməsində, tonusartırıcı, immunostimulyator vasitəsi kimi istifadə edilir.

Şəkərli diabet və ateroskleroz zamanı maddələr mübadiləsini nizamlayır, qan dövranını yaxşılaşdırır, cinsi fəallığı artırır, qan təzyiqini aşağı salır, tac damarları genişləndirir və s. Bundan başqa hipertoniya, xroniki ürək çatışmazlıqlarına ən yaxşı təsir göstərir.

Kişilərə cinsi zəiflik zamanı gəvən preparatlarından qəbul etməyi məsləhət görürlər.

Venoz təzyiqlərində, qan dövranının sürətləndirilməsində, ürək döyüntülərində, ürək döyüntülərinin azalmasında, arterial təzyiqin normaya salınmasında, kəskin və xroniki nefrit, böyrək xəstəliklərində. 10 q otundan götürüb 200 ml suya töküüb 1 saat saxlayıb süzün. Gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Yaraların, səpgilərin, kəsiklərin müalicəsində vannasından və yaxud narmın tozundan istifadə etmək məsləhət görülür.

Gəvəndən spirtli cövhərin hazırlanması. 1 hissə bitki, 10 hissə araq (1:10) götürün. 14 gün saxlayıb cövhərini hazırlayın. 1 çay qaşığı gündə 3 dəfə yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin. Bu cövhərləri yuxarıda qeyd etdiyimiz xəstəliklərin müalicəsində istifadə etmək olar.

Yerfındığı — *Arachis hypogaea*

Yerfındığı cinsinin dünya florasının tərkibində 30-a qədər növü yayılmışdır. Ekoloji şəraitdən asılı olaraq yerfındığı cinsinin növlərinə yer kürəsinin müxtəlif zonalarında — meşə və meşə açıqlıqlarında, dağlıq zonalarda, bəzilərinə isə qumsal və quru sahələrdə, o cümlədən də Azərbaycanda bir növünə — *Arachis hypogaea* rast gəlmək olar.

Yerfındığı hündürlüyü 25–40 sm-ə qədər olan birillik ot bitkisidir. Çiçəkləri qısa az saxımdır. Kasacıqları ikidodaqlı, çiçək tacı 5 ləçəkli sarı və yaxud ağımtıldır. Toxumları uzunsov, 9–20 mm uzunluğunda olub ətli, qırmızımtıl-qəhvəyi örtüyə malikdir. Mayın axırından iyuna qədər çiçək açıq, sentyabr–oktyabrda meyvəsi yetişir.

Kimyəvi tərkibi. Yerfındığın toxumlarının tərkibində 53%-ə qədər yağ tapılmışdır ki, bunun da əsas tərkib hissəsini yerfındığı qliseridi — $C_{20}H_{40}O_2$, liqnoserin — $C_{21}H_{48}O_2$, stearin, palmitin, hipor — $C_{16}H_{30}O_2$, olein, linol, laurin, miristin, beren, eykazen və seritin turşusu və s. təşkil edir. Toxumunun tərkibində isə 37% zülal, bunun 17%-i qlobulin, araxin, konarxin, qlyutein, B, E vitamini, pantotein turşusu, biotin və s. maddələr aşkar edilmişdir. Toxumundan hazırlanan jmiğin tərkibindən araxin — $C_3H_{14}ON_2$ alkaloidi, betanin, xolin aşkar edilmişdir.

Yerfındığın əsas vətəni Braziliya və yaxud Peru hesab edilir. Yerfındığı nə toxumdur, nə də çəyirdək, o həqiqi paxla olub genetik cəhətdən yaxın qohumu olan lobyə və noxudun daxil olduğu fəsiləyə aiddir. Ağacda və yaxud kolda bitməyib ancaq ot formalı bitkinin məhsulu hesab edilir. Çox qəribədir ki, bitkinin çiçəkləri solub quruyan zaman gövdəsi aşağı əyilib 15–16 sm dərinliyində torpağın altına girir.

Deyirlər ki, yerfındığı vedetarian (ət yeməyən) insanların və top-mo-dellərin sevimli yeməklərinə çevrilmişdir. Yerfındığın tərkibində çoxu miqdarda sellüloz olduğundan o tezliklə aqlığı aradan qaldırır. Eyni zamanda qiymətli müalicəvi xüsusiyyətlərə malik bitki də hesab edilir. Bitkinin tərkibindən tapılan yeni, kimyəvi quruluşu hələ təyin olunmayan maddə tapılmışdır ki, qanı həddindən artıq duru olan xəstələrə verdikdə onların qanları normal hala düşür. Fransız alimi prof. Budro 1957-ci ildə yerfındığın hemo-filiyadan əziyyət çəkən xəstələrə verdikdə, onlarda müsbət meyilli irəliləyişlərin olduğunu müşahidə etmişdir. Prof. Budromun özü də yerfındığından yeyərək özündə bu müsbət meylin şahidi olmuşdur. O yerfındığından hemofiliya xəstəliyinə düşən insanlara 2 gün verdikdən sonra onların daxili orqanlarında mütəmadi baş verən daxili qanaxmaların kəsildiyini müşahidə etmişdir. Yerfındığı qəbul edən xəstələr, başqa preparatlar qəbul etmədən sağalmağa başlamışlar. Bəzi mütəxəssislər hemofiliya xəstəlikləri olan insanlara gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 50–150 q. bəzi

mütəxəssislər isə gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yerfindiği yeməyi məsləhət görürlər. Müalicə kursu həkimlərin nəzarəti altında həyata keçirilməlidir. Bundan başqa bitkidən qara ciyər və digər orqanların fəaliyyətlərinin yaxşılaşdırılması üçün də istifadə olunmalıdır. Yerfindiği cinsi fəaliyyətin gücləndirilməsində, yaddaşın möhkəmləndirilməsində, eşitmə qabiliyyətinin artırılmasında, xolesterinin nizama salınmasında və ürək-damar xəstəliklərinin qarşısının alınmasında müsbət rol oynayır. Bunun tərkibindəki foliv turşusu orqanizmdə hüceyrələrin təzələnməsində böyük rol oynayır. Florida universitetində aparılan elmi-tədqiqatlar zamanı müəyyən edilmişdir ki, yerfindiğinin tərkibindəki çoxlu miqdarda antioksidant maddəsi orqanizmin hüceyrələrini zərərli, qorxunc sərbəst radikalardan qoruyur. Yerfindiğini adi su ilə qarışdırıb alınan məlhəmdən mədə və onikibarmaq bağırsağın yaralarını müalicə edirlər.

Yerfindiği keyfiyyətli, kalorili qida maddəsi olduğundan ondan həddindən artıq qəbul edilməsini məsləhət görmürlər. Bundan çox qəbul etdikdə kökəlmə və piylənmə prosesləri baş verə bilər. Hər bir adama gündə 30 q yerfindiği yemək məsləhət görülür. Yerfindiğini tərəvəzlərin, meyvələrin salat növlərinin, borşun, sıyıqların, desertlərin tərkibinə daxil edib qəbul edə bilərsiniz.

Göy noxud — *Pisum sativum*

Dünya florasının tərkibində paxlalılar fəsiləsinin 600-ə qədər cinsi, 12000-ə qədər növü yayılmışdır. Paxlalılar fəsiləsinin növlərinə dünyanın hər yerində rast gəlmək olar. Fəsilənin Qafqazda 550, o cümlədən Azərbaycanda 400 növü var. Paxlalılar fəsiləsi (lobya, soya, noxud, maş) biz insanların əsas qidasını təşkil edir. Bunlardan qida və müalicə xüsusiyyətlərinə malik olan cinslərdən biri də göy noxuddur.

Noxud — *Pisum* cinsinin dünya florasının tərkibində 7 növü (2 növü mədəni halda əkilib-becərilir) yayılmışdır.

Göy noxudun tərkibindən 22–34% zülal, 20–48% nişasta, 0,7–1,5% yağ, 5,2–7,7% sellüloza, 2,5–3,5 kül maddəsi, 60% azotsuz birləşmələr aşkar edilmişdir.

Göy noxud — *Pisum sativum*. Bu birillik ot bitkisi olub duz, yaxud gövdəsinin əsasında budaqlanandır.

Dünyada elə insan tapılmaz ki, ömründə heç olmasa bir dəfə göy noxuddan hazırlanan xörəkdən yeməsin. Göy noxud öz qidahlıq keyfiyyətinə görə heç də ətdən, geri qalmır. «Çətin çeynənilməsinə baxmayaraq bunu yedikdə bütün günü özünü tox hesab edirsən». Domostro kitabında evdar qadınlara məsləhət görür ki, göy noxuddan sıyıq və yaxşı pendir növləri hazırlayıb ailə üzvlərini yedirtsinlər. Bu zaman bütün ailə üzvləri sağlam və

güclü bədən sahibinə malik olacaqlar. Parda və yaxud yağda bişirilmiş noxud içindən hazırlanmış qoğal və fəselini həmişə insanlar həvəslə yeyirlər. Göy noxuddan hazırlanmış xörək növləri həmişə böyük rus çarı I Pyotrun və onun atası Aleksey Mixayloviçin ən sevimli yeməkləri sayılırdı.

Zəngin zülal və vitamin mənbəyi.

Noxud həqiqətən də zülal mənbəyidir. Onun tərkibində olan zülalın miqdarı buğda və çovdarından 2 dəfə çoxdur. Kalorilik cəhətdən göy noxud dana və istənilən ət növündən, qarabaşaq və düyüdən geri qalır. Bunun toxum meyvəsinin tərkibində A, B, C, PP vitaminləri insan orqanizmində baş verən maddələr mübadiləsinin normal gedişində mühüm rol oynayırlar. Bundan başqa bitkinin tərkibindəki makro və mikroelementlərdən dəmir, kalsium, kalium, selen, sink, və s. aşkar edilmişdir. Bitkinin tərkibindən çoxlu miqdarda foli turşusu da aşkar edilmişdir ki, bu da orqanizmdə yığılıb qalmış şlakların və şuaların kənar edilməsində mühüm rol oynayır. Buna görə də dietoloqlar anemiya, ateroskleroz, piylənməyə, zob xəstəliyinə düşərən xəstələrə çoxlu göy noxud yeməyi məsləhət görürlər. Siz gündə yarım stəkan bişirilmiş göy noxud yesəniz 4 gün özünüzün nikotin turşusuna olan ehtiyacınızı ödəyə bilərsiniz. Nikotin turşusu orqanizmdə baş verən aterosklerozun, xərcəngin, astmanın və qanda xolesterinin normal vəziyyətə düşməsinə nizamlayır. Noxudun qabığı da qiymətli xüsusiyyətlərə malikdir. Bunun qabığında çoxlu miqdarda xlorofil, dəmir və kalsium və s. elementlər tapılmışdır.

Noxudun müalicəvi xüsusiyyətləri.

«İnsan sağlam və gözəl olmaq istəyirsə mütləq noxud yeməlidir». Bu sözləri Bolqarıstanın şəfəvericisi Petr Dinov məsləhət görür. Xalq təbabətində məsləhət görülür ki, şəkər və vərəmi vaxtında müalicə edib başa çatdırmaq üçün hökmən gündəlik qıdanıza noxud əlavə etmək məsləhət görülür. Bundan başqa noxud qiymətli sidikqovucu xüsusiyyətə malikdir. Bir ay müddətində gündə 2–3 stəkan isti noxud həlimi və yaxud isti cövhərini içmək məsləhət görülür. Bunun nəticəsində böyrək və sidik kisəsində olan daşların təmizlənilib tökülməsinin şahidi olacaqsınız.

İrili yaraların və çibanların müalicəsində. Bu zaman kompleks müalicə üsullarından istifadə edirlər. Bunun üçün qarışıqlardan istifadə etməyi məsləhət görürlər. 3 xörək qaşığı qurudulmuş noxud, düyü və darı qarışıqından götürüb, kofeüyəndən keçirib, tavaya töküb 3–4 dəqiqə qızardın. Sonra üzərinə 1 stəkan qaynar su əlavə edib 7 dəqiqə bişirin. Bankaya yığıb soyuducuda saxlayın. Aldığınız qarışıqdan 14 gün müddətində acqarına 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Qanda hemoqlobin azlığının aradan qaldırılması üçün hər gün səhər yeməyində 3–4 xörək qaşığı konservləşdirilmiş və yaxud təzə noxud qəbul edin.

Ekzema, irinli kasıqların, göyərmiş nahiyələrin müalicəsində. 1 xörək qaşığı noxuddan hazırlanmış püreni 1 çay qaşığı yumurta zülalından hazırlanmış köpüklə qarışdırın. Sonra alınmış məlhəmdən götürüb zədələnmiş nahiyəyə sürün.

Baş-beyin qan damarlarının fəaliyyətini yaxşılaşdırmaq məqsədilə. Bunun üçün gündə 4-5 dəfə yeməkdən asılı olmayaraq 1 çay qaşığı qurudulmuş noxudu isti su ilə qəbul edin.

Noxuddan müalicəvi qida məhsullarının hazırlanması. 500 q təzə yaşıl noxud, 12 xırda baş soğan, 3 xörək qaşığı kərə yağı, zövqünüzə görə duz, şəkər tozu və bir az da doğranmış cəfəri götürün. Soğanları soyub bütöv halda tavaya qoyub, üzərinə 2 xörək qaşığı yağ əlavə edin və orta dərəcədə yanan odun üzərinə qoyub 7-8 dəqiqə bişirin. Üzərinə noxudu əlavə edib yenidən 10 dəqiqə bişirin. Üzərinə un, şəkər tozu, duz əlavə edin və ehtiyatla qarışdırıb odun üzərindən götürüb qapağını açın və 5-7 dəqiqə saxlayın. Süfrəyə verməzdən əvvəl üzərinə doğranmış cəfəri, kərə yağı əlavə edin.

Noxuddan doyurucu kəndli xörəyinin hazırlanması. 1 kq təmizlənmiş təzə noxud (və yaxud 300 q qurusundan) 1 xörək qaşığı kərə yağı, 2 ədəd yumurta sarısı, 2 xörək qaşığı xırda doğranmış şüyüd, 1 çay qaşığı limon şirəsi, 1,5 stəkan su, zövqünüzə görə qara istiot və duz götürün. Qurudulmuş noxudu duzlu suda bişirib, yaxşı süzün. Sonra qazanın içərisinə su, yağ və istiot əlavə edib odun üzərinə qoyun. Su qaynayan kimi üzərinə bişirilmiş noxudu əlavə edib 5-7 dəqiqə bişirin. Azca soyudub, üzərinə yumurta sarısını, limon şirəsini, şüyüdü əlavə edib ehtiyatla qarışdırıb, süfrəyə verin.

Təzə noxuddan (sidıqovucu) supun hazırlanması. 300 q qabığı ilə birlikdə noxud, 3 çay qaşığı un, 2 xörək qaşığı kərə yağı, 1 stəkan süd, 1 ədəd yumurta sarısı, zövqünüzə görə xırda doğranmış cəfəri və şüyüd götürün.

Noxudu qabığı ilə birlikdə duzlu suda bişirib (həlimi artırmamaq şərti ilə) süzün. Unu tavada qarışdıraraq-qarışdıraraq qızardın. 1 xörək qaşığı yağ əlavə edib üzərinə isti noxud həlimini töküüb qaynadın. Sonra yumurta sarısı ilə südü, yağı və duzu, noxudu bişirilmiş kütlənin üzərinə töküüb qapaqla örtün isti plitəyə qoyun. 5-7 dəqiqə saxlayın. Sonra üzərinə xırda doğranmış göyərtini səpib süfrəyə verin.

Göy noxud qiymətli qida bitkisi kimi geniş surətdə əkilib-becərilir. Mülayim iqlim zonalarına malik olan ölkələrdə 7000000 hektar sahədə göy noxud becərilir. Bunun 3600000 hektar sahəsi Çinin payına düşür. Bundan başqa göy noxud ən çox ABŞ, Almaniya, Polşa, İspaniya, İtaliya, Fransa, Rusiya və s.-nin payına düşür.

Diqqət! Göy noxuddan hazırlanan xörəklərdən podaqra, kəskin nefrit, mədə-bağırsaq soyuqdəymələrində yeməyi məsləhət görürlər. Mədə və

onikibarmaq bağırsağ xəstəliyinə tutulmuş insanlara göy noxuddan hazırlanan püre qəbul etməyi məsləhət görürlər. Yaşlı insanlar isə göy noxuddan və eləcə də digər paxlalı bitkilərdən istifadə elən zaman onlara yaxşı bişirilib tam yumşaq hala salınmış tərəvəz xörəklərindən qəbul etmək lazım bilinir. Mədə-bağırsaqlarda əmələ gələn qazların və köpmələrin qarşısını almaq üçün noxuddan hazırlanan xörəyin tərkibinə kök əlavə etməklə yanaşı çörəklə yemər məsləhət görürlər.

Adi lobya — *Phaseolus vulgaris*

Dünya florasının tərkibində lobya cinsinin 200-ə qədər növü yayılmışdır. Hal-hazırda dünyanın bir sıra ölkələrində, o cümlədən Hindistanda, Braziliyada, Meksikada, ABŞ-da, Ruminiyada, Balkan ölkələrində, Portuqaliyada, İtaliyada, Fransada, Kolumbiyada, Ukraynada, Özbəkistanda, Gürcüstanda, eləcə də əksər vilayətlərdə lobyanın 20-yə qədər növü mədəni halda geniş surətdə əkilib-becərilir.

Azərbaycanda da lobya cinsinin bir neçə növü becərilir. Bunlardan ən çox becəriləni isə adi lobyadır — *Phaseolus vulgaris*.

Adi lobyanın vətəni Cənubi Amerika hesab olunur. Əsas etibarilə yeyinti sənayesində istifadə edilir. Loby bitkisi mədəni halda keçirilən bitkilərin ən qədimi olub insanlara bizim eradan 5 min il qabaq məlum olmuşdur. Hal-hazırda heyətyanı sahələrdə qida və müalicə məqsədləri üçün geniş surətdə əkilib-becərilir. Lobyanın müalicəvi xüsusiyyətləri XVI əsrdə Şərq xalqlarına məlum olmuşdur. Şərq xalqları lobyadan orqanizmin təmizlənməsində, daşların əridilməsində, potensiyanın aradan qaldırılmasında istifadə edirlər. İbin Sina bitkinin ağciyər xəstəliklərində istifadə olunmasını məsləhət görürdü.

Bitkinin toxumlarının tərkibindən 18–32%-ə qədər zülal maddələri, nişasta, 1–3,6% piyli yağ və s. aşkar edilmişdir. Bundan başqa toxumlarında 20%-ə qədər kristal halında qlobulin-fazeolin, proteaza, xolesterin, lesitin, qalaktoarabin, suda həll olan saxaridər, dekstrin, flavonoid maddələri, limon turşusu, pentozanlar, makro və mikroelementlər, karotin B, 157,2 mq% C vitamini aşkar edilmişdir. Lobyanın zülalları heyvani zülallara çox yaxındır.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin toxumlarından, qın və qabıqlarından hazırlanan fazeolin adlı ekstraktdan diabet xəstəliyində, qanda şəkərin miqdarını azaldan, sidikqovucu, mikrob və skleroz və s. xəstələrin müqavimətini artırmaq məqsədləri üçün istifadə edilir. Eyni məqsədlə meyvələrin sulu bişirilməsindən də istifadə edilir. Loby həmçinin qastiritdə (turşuluq az olan zaman), aterosklerozda, ürək ritminin pozğunluqlarında, məsləhət görülür. Paxlasından hazırlanmış bişirmə və dəmləmə böyrək

xəstəliklərində, revmatizmdə, duzların mübadiləsi pozulduqda, hipertoniya-da müalicəvi təsir göstərir.

Pankreasın (mədəaltı vəzinin) fəaliyyətinin normalaşdırılmasında. Bir xörək qaşığı paxlanın doğranmış qınından götürüb bir stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərində 5–7 dəqiqə qaynadın, soyuduqdan sonra süzün. Gündə 4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə az qalmış qəbul edin.

Şəkərli diabetdə. Doğranmış qını qaragilə yarpağı ilə qarışdırıb, bir xörək qaşığı bir stəkan qaynar suya töküüb dəmləyin. Prosesi yuxarıdakı kimi aparın.

Ürək xəstəliklərində, zəiflikdə, ürək doyuntularının pozuntularında, şişlər, hipertoniya və ateroskleroz zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış qından götürüb 10 dəqiqə qaynar suda saxladıqdan sonra süzün. Gündə 3 dəfə yeməkdən qabaq stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Boyrək və ürək mənşəli şişlərin, eləcə də böyrək və sidik kisəsi soyuq-dəymələrində, revmatizm və podaqra zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış paxladan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, su hamamında yarım saat saxladıqdan sonra soyudun və süzüb gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməkdən qabaq qəbul edin.

Boyrək xəstəliyi və bədən boşluğuna su yığılması zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış paxla, yarpaq, gövdə və qınından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, 5 dəqiqə zəif od üzərində saxlayıb süzün. Sonra gündə 2–3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Öd kisəsi və boyrək daşlarının müalicəsində. 1 xörək qaşığı çiçəkdən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb dəmləyin və süzdükdən sonra gündə 4 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Irinli çibanların müalicəsində. Paxlanın un şəkilinə salınmışından 1 çay qaşığı götürüb, üzərinə həmin miqdarda əlavə edib, qarışdırın və çibanın üzərinə yaxın.

Ətirşahçiçəklilər — *Geraniaceae* fəsiləsi Cəhrayı şamdangülü — *Pelargonium zonale*

Ətirşah fəsiləsinə 8–12 cins və 750-yə qədər növ daxildir. Fəsiləyə aid olan növlər əsasən yer kürəsinin mülaym iqlim zonalarında yayılıb ot, kolcuq və kol bitkiləri hesab edirlər.

Fəsilənin qiymətli cinslərindən biri də şamdangülü — *Pelargonium*-dur. Bu cins 250-ə qədər növü əhatə edib, əsasən Cənubi Afrika ərəzində yayılmışdır.

Azərbaycanda isə şamdangülünün ancaq otaq şəraitində mədəni halda becərilən növ və hibridlərinə təsadüf edilir.

Bunlardan otaqlarda, istixanalarda, oranjeroyalarda ən çox əkilib-becəriləni *Pelargonium zonale* növüdür.

Çəhrayı şamdangülü — *Pelargonium zonale*. Bu ən gözəl bəzək bitkisi olmaqla həm də dərman bitkisi hesab edilir. Şamdangülü gözəl ot formalı kol olub, şarformalı və yaxud çətirvari yarpaqlardan ibarət iri parlaq formalı hamaşçiçəkdən ibarətdir. Hamaşçiçəkləri ağ, çəhrayı, parlaq-qırmızı və həmçinin mavi rəngdə olur. Çəhrayı şamdangülünü ən çox qızlar və qadınlar sevirlər. Belə ki, bu gül onların həyatlarına sevinc və gümrəhliq bəxş edir.

Bizim yaşadığımız dövrdə elmi əsaslarla izah olunmuşdur ki, şamdangülü zərərli mikroblara qarşı yaxşı təsiredici vasitə olmaqla yanaşı, ətri baş ağrıları azaldır, yorğunluğu aradan qaldırır və yuxunu normalaşdırır. İtaliya alimləri isbat etmişlər ki, çəhrayı şamdangülü otaqda olan mənfi enerji amillərinin qarşısını alır və onların insan orqanizminə göstərdiyi xoşagəlməz hadisələri aradan qaldırır. Xalq təbabətində şamdangülündən alınan preparatlardan diareyya, dizenteriya, böyrək xəstəliklərində, revmatizm və podaqrada istifadə edilir. Həmçinin çəhrayı şamdangülündən yaxşı qan-kəsici və böyrəklərdə olan daşların əridilib orqanizmdən kənar edilməsində də istifadə edilir.

Çəhrayı şamdangülündən alınan efir yağı bir sıra xəstəliklərin müalicəsində ən yaxşı universal vasitə hesab edilir. Bu preparatı hazırlamaq üçün şamdangülünün yarpaqlarından götürüb, xırda hissələrə salın və qızdırılmış zeytun yağını 2:5 nisbətində üzərinə əlavə edin. Qarışığı tünd şüşə butulkaya töküb soyuducuda 2 həftə çaxladıdan sonra bir neçə qatdan ibarət tənzifdən süzün. Elə edin ki, qarışıqda kiçik bir yarpaq qırıntısı da qalmasın.

Diqqət! Çəhrayı şamdangülündən hazırlanan yağdan istifadə etmək üçün aşağıdakı tələblərə ciddi riayət etmək tələb olunur:

1. Şamdangülünün yarpaqlarını yazda çiçək açana qədər toplamaq lazımdır;

2. Efir yağı almaq üçün ancaq yuxarıda yerləşən yarpaqlardan istifadə etmək lazımdır;

3. İstifadə etdiyiniz çəhrayı şamdangülü birillik və yaxud heç olmasa bir dəfə çiçək açmış olsun.

Kəskin bronxial astma zamanı. Şamdangülünün efir yağından 1 çay qaşığı götürüb yarpız və yaxud bədrənc bitkisindən hazırlanan çayla qəbul edin.

Plevrit zamanı. Alınmış efir yağını ağ ciyərin ətraflarına (bel və döş nahiyələrinə) sürün. Sonra yun şərף və yaxud yun parça ilə bağlayıb, çarpayıya uzanıb üstünüzü isti yorğanla örtün. Plevriti həmçinin şamdangülündən hazırlanan cövhərlə də müalicə edirlər. Bunun üçün 1 xörək qaşığı doğranmış təzə və yaxud qurudulmuş yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya

töküb 8 saat termosda saxladıqdan sonra süzün. Aldığınız dəmləmədən isti halda kiçik qurtumlarla gündə 3 dəfə yeməkdən sonra stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Qastrit və kolit zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərində 3–5 dəqiqə saxlayıb süzün. Ekstraktan gündə 3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış 1 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşaa qədər davam etdirin.

Hipertoniya, əsəb gərginliyi zamanı. 1 çay qaşığı kökündən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb qaynama dərəcəsinə gətirib 3–4 saat saxlayıb süzün. Dəmləmədən gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkarası qəbul edin.

Cibanların, kəsik və yaraların müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun, 6–7 dəqiqə bişirin, soyudub süzün. Aldığınız dəmləmədən zədələnmiş nahiyələri yuyun və yaxud kompres edin.

Çətin sağalan trofik yaraların müalicəsində. 2 xörək qaşığı yarpağından hazırlanmış sıyığından götürüb 3 hissə uşaq kremi və yaxud əridilmiş donuz piyi ilə qarışdırın. Aldığınız mazdan zədələnmiş nahiyəyə sürtün. Müalicəni hər gün təkrar edin. Mazı soyuducuda 7 həftədən çox olmamaq şərtilə saxlayıb istifadə edin.

Radionukleidlərin orqanizmdən kənar edilməsində. 1 çay qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1/2 stəkan qaynar suya töküüb, 10–15 dəqiqə saxlayıb süzün və 1 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursunu 1 aydan az olmamaq şərti ilə davam etdirmək məsləhət görülür.

Üçər sinir tutmalarının qarşısının alınmasında. Bir neçə şamdangülünün yarpaqlarından dərib, ağrıyan nahiyəyə qoyub sarğı ilə bağlayın. Üstünü yun parça ilə örtün. Hər 2 saatdan bir sarğını təkrar edin. Bu əməliyyatı hər dəfə ağrı başlayan zaman təkrar edin.

Orqanizmin nahiyələrində olan duzların kənar edilməsi üçün. Doğranmış yarpaq və gövdəsindən götürüb, 1 stəkan qaynadılmış suya töküüb, zəif od üzərində 5 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. Dəmləmədən gündə 3 dəfə yemək vaxtı 1–2 çay qaşığı qəbul edin.

Uşaqliq yolunda əmələ gələn eroziyanın müalicəsində əlavə vasitə kimi. 2 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 0,5 litr qaynamış soyuq suya tökün. 2 saat saxlayıb süzün. Aldığınız dəmləmədən hissə-hissə bütün günü qəbul edin. Bundan başqa ekstraktla zədələnmiş nahiyəni yuyun. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirmək məsləhət görülür.

Depressiya və zəifləmə zamanı. Şamdangülünə yaxın oturub səhər və axşam onu sevə-sevə 15–20 dəqiqə istirahət edin.

Tükün tökülməsi zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış təzə gövdə və yarpaqlarından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun və 4–5 dəqiqə bişirib 15–20 dəqiqə saxlayıb süzün. Aldığınız ekstraktdan tükünüzdün dibinə 3–4 dəfə sürtün. Müalicəni yaxşı olar ki, yatmağa az qalmış edəsiniz. Müalicə kursu 2 həftədir.

Bitkilərlə müalicə edən məşhur xalq təbabətçisi Vanqa depressiya və isteriya zamanı aşağıdakı reseptdən istifadə etməyi məsləhət görmüşdür. 2 xörək qaşığı şamdangülünün təzə yarpaqlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, 1 saat saxlayıb süzün. Ekstraktdan gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul etməyi məsləhət bilirdi.

Biz ilk dəfə olaraq şamdangülünün parlaq tünd-qırmızı rəngli ləçəklərindən tərkibi antosian boyaq maddələri ilə zəngin ekoloji cəhətdən təmiz, yeyinti sənayesinin müxtəlif sahələrində istifadə olunması mümkün olan boyaq maddəsi almağa nail olduq.

Bizim işləyib-hazırladığımız texnologiya sxemləri yenilik kimi qeyd edilmiş və bizə 873674 saylı patent verilmişdir.

Üzərlikçiçəklilər — *Peganaceae* fəsiləsi

Adi üzərlik — *Peganum harmala*

Üzərlikçiçəklilər fəsiləsi 25 cinsi və 250 növü əhatə edib əsasən dünyanın isti quru ərazilərində yayılmışlar. Üzərlik cinsinin, Azərbaycanda bir növü — *Peganum harmala* yayılmışdır.

P.harmala çoxillik ot bitkisidir, saçaqlı və güclü kök sisteminə malik olub 3(5) metrə qədər yerin dərinliyinə işləyir. Gövdəsi cılpaq, çoxlu budaqlardan ibarət olub 25 (70) sm hündürlüyündədir. Yarpaq altlığı kiçik, lansetvari-iyənə formasındadır. Əksər hallarda tək, bəzən isə 2–3 ədəd olan çiçəkləri gövdənin ucunda yerləşir. Çiçəkləri ağ, yaxud da krem rəngində olur. Toxumları ya tünd qəhvəyi, ya da bozumtul-qonur, iti üçgüncü, yaxud para formasındadır. May–iyun aylarında çiçək açır, iyul-avqustda meyvə verir.

Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba rayonunun aşağı dağlıq zonasında, Qobustanda, Abşeronda, Kür-Araz ovalığında yayılmışdır. Bitkiyə ən çox düzənliklərdə, Naxçıvan MR-in düzənliklərində, dincə qoyulmuş əkin sahələrində və s. yerlərdə rast gəlmək olar. Respublikamızda üzərliyin bol ehtiyatı var.

Dahi şairimiz Nizami Gəncəvinin «İqbalnamə» əsərində («hindli həkimin İsgəndərlə söhbəti» hekayətində) üzərlik bitkisi ilə bağlı maraqlı bir epizodla üzləşirik. Həkim gözdəymə və bədnəzərlə bağlı İsgəndərə sual verir. Soruşur ki, pis göz, bədnəzər nə səbəbdən ən yaxşılara, gözə dəyimlilərə ziyanlıq vurur. Bunu necə aradan qaldırmaq mümkündür? İsgəndər

hazırqlıq adam olduğundan bildirir ki, alimlərin fikrincə, pis nəzər hər şeyə bilavasitə hava vasitəsilə keçir. Daha sonra o göz dəyən, bədnəzərə tutulan adam üçün üzərlik yandırılıb, onun üzərlik tüstüsünə verilməsini hakimə məsləhət görür.

Bildirir ki, bu da böyük alimlərin, loğmanların təcrübəsinin nəticəsidir. Nizami həmin cavabı aşağıdakı kimi təsvir edir:

Üzərlik yananda tüstüsü gedir
Qara pərdə kimi tutur havanı,
Qaytarır, dəf edir gələn bəlani.

Göründüyü kimi, burada üzərliyin dərd-bəlani dəf etmək xüsusiyyəti açıqlanır, insanları gözdəymədən, bədnəzərdən qorumaq vasitəsi olduğu göstərilir.

Birinə bədnəzər dəyərsə əgər,
Dəyişər əhvalı, tez-tez əsnəyər.
Bədnəzər olarsa, əgər bir insan,
Alnı hərərətdən tərler çox zaman.
Üzərlik yaxarlar göz dəyən üçün,
Od yaxıb yandırar dərdi büsbütün.

Dahi Nizaminin üzərliklə bağlı fikirləri, onun elmi dünyabaxışına, ensiklopedik biliyə malik olmasını deməyə əsas verir. Çünki Nizaminin yaşayıb-yaratdığı dövrdən yüzilliklər keçsə də, elm bu kimi qiymətli bitkilərin hələ çox sirlərindən hali deyildir. Lakin bu da bir həqiqətdir ki, Azərbaycan xalqı qədim dövrlərdən başlayaraq bu günümüzədək üzərlikdən eyni məqsədlər üçün istifadə etmiş, onun gözdəyməyə qarşı mühüm vasitə olduğunu öz gündəlik təcrübələrində müəyyən edərək, evdə-əşikdə saxlanmasını lazım bilməşlər. Bu gün əksər azərbaycanlıların evində üzərlik topasının saxlanması faktı da dediyimizə bir sübutdur. Ulularımız üzərliyə evi, ailə üzvlərini azar-bezardan xilas edən qüvvə kimi baxmışlar. İlin axr çərşənbəsi zamanı qalanan tonqalın daha kəsərli olması, başqa sözlə dərdləri, ağrıları, qışdan qalma xəstəlikləri məhv etmək üçün oda üzərlik atılması faktı da bu səbəbdən irəli gəlir.

Maldar-tərəkəmə əhalisi arasında yelini şişən malın üzərlik tüstüsünə verilməsi adi haldır. Yəni güman edilir ki, sağlam mala kiminsə gözü, bədnəzəri toxunmuşdur. Xalq inamına görə bunun müalicəsi üzərlikdən, onun tüstüsündən asılıdır. Odur ki, ağbırçəklərimiz bir neçə üzərliyi qabda yandırıb tüstüsünü inəyin yelininə verər, həm də üzərlikdən imdad dilərdilər.

Çörlü-çöplü üzərlik,
Başı börklü üzərlik,
Müşkülü asan eylə,
Göstər hökmün üzərlik.

Adın bədöydü üzərlik,
Otun gömgöydü üzərlik,
Maralının yefni gəlib,
Haydı-haydı üzərlik.

Üzərliksən havasan,
Hər bir dərde davasan,
Bəd-nəzərdən bəla gəlib,
Onu da sən qovasan.

Üzərlik dönə-dönə,
Tökülsün hərzə-canə,
Yad ola, qohum ola,
Nəzəri odda yana.
Üzərliklər çırtlasın,
Yaman gözler partlasın.

Burada bir əhvalat danışmaq yerinə düşür. Bir dostumuz var, uşaqlıq dostu. Gənclik illərində ayrılmışıq, təyinatı Rusiyanın Tümen vilayətinə idi. Orada ad-san sahibi olub, müdafiəsini də edib. Sonrakı həyatın elə birdəfəlik Tümenə bağlayıb, yurd-yuva salıb, ailə qurub orada.

O vaxtdan birinci dəfə idi ki, Bakıya gəlmişdi. Təklif etdi ki, kəndə birlikdə gedək. Ürəyimizdən oldu. Bu da bir bəhanə idi ki, ömrümüzün çox hissəsini keçirdiyimiz kəndimizi görmək üçün. Eşidən, bilən qohum da, yad da bütün kənd elliklə tökülüb gəldi görüşə.

Çox oturub dərdləşdik, gecə yaridan keçənə qədər söhbətləşdik.

Yatmağa duranda «qonaq» baş ağrısından şikayətləndi. «İllərdən bəridir ayrıldığı, kənd, el-oba görünür elə bu təsir elədi» dedi. «Keçib gedər» dedim. Bəlkə də uzaq yoldan gəlmisən, yuxusuzluq filan da üstünə gəlib, yatarsan, keçib gedər. Sözüümüzi qurtarmamış anası qıpqırmızı közlə dolu xəkəndaz ilə başımızın üstünü aldı. «Başını bəri gətir, dərdir alım» — dedi. Dostumuz saqqanaq çəkib güldü. Dedi: — Ay ana, elə bilirdim daha üzərliyi yaddan çıxarmısan?! Xəkəndaz elə əlindədir ki! Mübahisə başlandı, nə başlandı. Ana üzərliyin hikmətindən danışdı, dostumuz bunları köhnəlmiş adətlə, avamlıqla bağladı. Araya girib dedim: Ananın qəlbini sındırma, hər

halda xeyri olmasa, ziyanı da yoxdur, qoy üzərliyini yandırıb, tütüsünü versin, təzədən uşaqılıq illərinə qayıdaq.

Ana «üzərlik əməliyyatı»nı qurtarıb getdi, biz də yerimizə girdik. Bir xeyli də yastıq söhbəti, filan... və başağrısı da beləcə yaddan çıxdı, şikayət olmadı...

Hələ qədim zamanlardan başlamış indiyə kimi insanda qorxu, nəzər, uzaq səfərdən salamat qayıtmaq arzusu və s. ilə əlaqədar ovsunlar da vardır.

Bu ovsunların birində pis göz lənətlənir, üzərlik nəzər sındıran bitki kimi vəsf olunur.

Bu üzərlik məsələsi yaddan çıxmırdı. Doğrudur, bütün uşaqılıq dövrü onu öz evimizdə, qonşuda da görmüşdük. Ancaq dərinə getməmişdim. Çalışdım ki, elmi tərəfini özlüyümdə başa düşdüyüm kimi izah edim. Sonra üzərlik barədə ədəbiyyat topladım, onun izinə düşdüm.

Sən demə, min bir dərddin dərmanıymış üzərlik. Hindistanda bu bitkini «min bir dərddin dərmanı» adlandırırlar. Onun müalicəvi xüsusiyyətləri insanlara çoxdan məlum idi. Bu barədə hələ eramızdan bir əsr əvvəl məlumat verilir. Böyük yunan filosoflarından və həkimlərindən Dioskorid və Halen göstərib ki, üzərliyin toxumundan alınan preparatlar zəif görmənin və suçiçəyi xəstəliyinin dərmanıdır.

Orta əsr təbibləri ondan hazırladıqları dərmanlarla əsəb xəstələrini müalicə etmiş, qusmanın qarşısını almışlar. Böyük təbib və alim İbn Sina onu sidikqovucu kimi, soyuqdəyməni və yorğunluğu aradan qaldıran dərman bitkisi kimi təbliğ etmişdir.

Vaxtilə bəzi yerlərdə üzərliyin cövherini balla qarışdırıb alınan məlhəmlə iflici, oturaq sinir və həzm orqanları xəstəliklərinin müalicəsində işləmişlər. Birini ilan, yaxud əqrəb sancanda, başqası qızdırmaya tutulanda üzərliyi yardımçı vasitə kimi başqa dərmanlarla qarışdırıb içirmişlər.

Öz dövrünün həkimi sayılan Məhəmməd Hüseyn göstərirdi ki, üzərlikdən döş ağrılarında, məbə-bağırsağ, baş ağrısı, ürəkgetmə və s. xəstəliklərin müalicəsi zamanı istifadə etmək olar. Əfqanıstanda epidemiyaya yoluxmuş xəstələrin paltarlarını üzərliyin otundan hazırlanmış məhlulla dezinfeksiya etmiş, tütüsü ilə iflic, toxumundan hazırlanmış dərmanları sinir, yarpaqları ilə yaman şişləri, toxumlarını kənaf toxumu ilə qarışdıraraq yel, astma, tənqənəfəslik və s. xəstəliklər zamanı işlətmişlər.

Türkmənistanda üzərliyin toxumvermə vaxtı çatanda yığaraq bitkini, arpa unu ilə qarışdırır, sonra toz halına salıb 50 dəqiqə qaynadırlar. Alınan məlhəmlə irinli yaraları sağaldırlar. Diş ağrısı zamanı üzərliyin toxumunu qara üzümle qarışdırıb ağrıyan dişin üstünə qoyurlar. Bu məlhəm diş ağrısını sakitləşdirir.

Ukraynada üzərliyin kökündən hazırlanan dərmanla qoturluğun, uşaqlarda baş verən qıcolmanın qarşısı alınır.

Qafqaz xalqları üzərliyin otundan şirə hazırlayıb gözün selikli qişasında baş verən ilkin xəstəlikləri müalicə edirlər. Bu dərman yuxunu da normal hala salır.

Xalq təbabətində üzərliyin tətbiq sahələri genişdir. Kök hissəsindən məlhəm hazırlayıb, qoyun piyinə qatırlar və zədələnən nahiyələrə sürtürlər. Üzərlikdən qurdqovucu, iştahaçıçı dərman kimi də istifadə olunur.

Tibb sahəsində çalışan alimlər, əczaçılar üzərliyin xalq təbabətində xüsusi yer tutduğunu görüb, onun sirrlərini elmi surətdə öyrənməyə çalışmışlar. Üzərliyin müalicəvi xüsusiyyətlərinin əsas sirri onun tərkibində iki cür alkaloid maddənin olmasıdır. Birinciyə indol — harmin, harmalin və s. ikinciyə isə xinin törəmələri olan peqanın və s. maddə daxildir.

Harmin və harmalin alkaloidləri hələ orta əsrlərdə kəşf olunub. Bu maddələrdən alınan preparatların əczaçılıq xüsusiyyətlərinin öyrənilməsinə XX əsrin 30-cu illərində başlanmışdır. Məlum olmuşdur ki, üzərlikdən alınan harmin və harmalin preparatları ilə bir sıra əsəb xəstəliklərini, titrəmə halında baş verən iflic xəstəliklərini müalicə etmək olar. Bu preparatlar ucuz və asan yolla alınır. Müəyyən edilmişdir ki, üzərlikdən hazırlanan harmolin preparatlarını iflic vurmuş xəstələr qəbul etdikdə gərilmiş əzələlərin tonus vəziyyəti zəifləyir, əzələlərin hərəkəti güclənir, danışıq, çeynəmə və udma qabiliyyəti artır.

Harmin preparatları normal dozada qəbul edildikdə orqanizmdə qan dövranı yaxşılaşır, tənəffüs güclənir, eninə zolaqlı əzələlərin işləmə qabiliyyəti artır. Uzun müddət xəstəyə verdikdə preparat orqanizmə heç bir zərərli təsir göstərmir.

Amerika tibb mütəxəssisləri harmin preparatlarını şizofreniya xəstəliklərinin müalicəsində yoxlamış və müsbət nəticələr əldə etmişlər. Bu preparat bəd şişlərə qarşı da sınaqdan keçirilmişdir. Məlum olmuşdur ki, harmin preparatı xərçəng hüceyrələrinin, xüsusilə də Erlix hüceyrələrinin inkişafının qarşısını 33% ala bilər.

Keçmiş sovet alimlərinin də bu sahədə xidmətləri böyük olmuşdur. Onlar harmin preparatını sintez etmişlər ki, həmin preparatları xaricdən almağa daha ehtiyac qalmasın. Harmin preparatını sovet alimlərindən ilk dəfə L.M.Yaxantova və M.V.Rubtsov sintez etmişlər.

1938-ci ildə üzərlikdən ikinci bir preparat — peqanın alınmışdır. Əczaçılıq sınaqları nəticəsində məlum olmuşdur ki, preparat ruhi xəstəliklər zamanı mərkəzi sinir sisteminin müalicəsinə müsbət təsir göstərir. Müəyyən edilmişdir ki, peqanın preparatları ürəyin işləmə fəaliyyətini artırmaqla yanaşı, ödqovucu təsirə də malikdir. 1966-cı ildə keçmiş SSRİ Dövlət Farmakologiyası tərəfindən peqanın preparatının tibbdə istifadəsinə icazə verilmişdir.

Üzərliyin kimyəvi analizi göstərmişdir ki, kültəvi çiçək açan zaman onun yaşıl kütləsinin tərkibində 3–6% alkaloid, 3,7% yağ, 18% sellüloza, 24,1% protein, 30,7% ekstraktiv maddələr və s. vardır. Üzərliyin toxumlarının tərkibində 4%-ə qədər alkaloid, çoxlu miqdarda qırmızımtıl-yaşıl rəngli parlaq yağ mövcuddur. Bu yağın tərkibində 53 %-dən artıq limon turşusu vardır ki, bundan da tibb və s. sahələrdə istifadə olunur. Üzərliyin yağında yod vahdi aşağı olduğundan ondan sabun hazırlamaq da mümkündür.

Bitkinin yerüstü hissəsindən 10,53% kül, mq/q olmaqla 32,00-K, 16,50-Ca, 5,80-Mg, 0,14-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 0,13-Mn, 0,37-Cu, 0,78-Zn, 6,40-Mo, 0,02-Cr, 0,08-Al, 0,89-Ba, 1,00-Se, 0,30-Ni, 1,90-Sr, 0,05-Pb, 34,40-B mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Toxum və gövdəsinin tərkibində qiymətli boyaq maddəsi olan harmalin vardır. Üzərlikdən boyaq bitkisi kimi Şərq xalqları qədim zamanlardan istifadə etmişlər. Onun tərkibindəki boyaq maddəsini ilk dəfə 1937-ci ildə Dem Universitetinin professoru F.Habel öyrənib kəşf etmişdir. O, harmin boyaq maddəsinə yüksək qiymət vermiş və göstərmişdir ki, bu boyaq qatrandan hazırlanan boyaq maddəsindən heç də geri qalmır, hətta bir çox cəhətdən ondan da üstündür.

Biz ilk dəfə olaraq laboratoriya şəraitində üzərliyin toxumlarından və kök hissələrindən boyaq məhlulu hazırlayıb yun və ipək məmulatlar boyayıb sarı, narıncı, narıncı-yaşılımtıl, qəhvəyi, qırmızımtıl-qəhvəyi, zeytunu, yaşıl, bozumtul, firuzəyi, şabalıdı və s. rəng və çalarlar almağa nail olduq. Ümumiyyətlə, laboratoriya şəraitində üzərlikdən 100-dən artıq rəng və çalar alınmışdır. Bu rəng və çalarlar günəş şüasına, atmosferin fiziki və kimyəvi təsirlərinə, eləcə də yuyulmağa qarşı davamlıdır. Respublikamızın ərazisində üzərliyin böyük ehtiyatı olduğundan hər il 100 tonlarla toxum və kök tədarük etmək olar.

Bitki kənd təsərrüfatı mütəxəssislərini də çoxdan düşündürür. Çünki ölkəmizdə onun yayılma sahəsi çox genişdir. Orta Asiyada, Qafqaz, o cümlədən də Azərbaycanda üzərliyin bol ehtiyatı vardır. Ondən mal-qaranın yemlənməsində istifadə edilərsə güman edirik ki, yaxşı nəticə verir. Yem bitkisi olmasa da üzərliyin tərkibi az zəhərlidir ki, bu da mal-qaranın yemləndirilməsi üçün şərait yaradır. Belə ki, payızın ortalarında və qışda bitkinin tərkibində kəskin iyə və acı dada malik olan alkaloidlərin miqdarı azalır. Deməli, qış aylarında acı dadı çəkilib getdiyinə görə üzərlikdən yardımçı yem kimi istifadə etmək olar.

Respublikamızın ərazisində böyük ehtiyatı olan üzərlikdən bu gün geniş surətdə istifadə edilmir. Heç olmasa bitkinin toxumlarını tədarük edib, sənayenin müxtəlif sahələrində istifadəsi mümkün olan texniki yağ, müalicə preparatları, boyaq ekstraktları və kənd təsərrüfatı ziyanvericilərinə qarşı mübarizə vasitələrinin geniş istehsalını təşkil etmək olar. Nəçə ki, gec deyil,

ana təbiətin bizlərə bəxş etdiyi ucuz xammallardan öz iqtisadiyyatımızın inkişaf etdirilməsi qayğısına qalmalıyıq.

Atşabalıdı — *Hippocastanaceae* fəsiləsi

Atşabalıdı — *Aesculus hippocastanum*

Azərbaycan florasının tərkibində atşabalıdının 1 növünə — *A. hippocastanum* rast gəlinir. Atşabalıdı bizim ərazilərə Yunanıstandan gətirilmişdir. Bu iri, möhkəm gövdəli, yaz fəslində gözəl görünüşə malik ağac bitkisidir. Yaz aylarında bunun hər budağında sanki zərif ağ-çəhrayı rəngli «şam» yanır. Payızda isə atşabalıdının yerə tökülmüş kirpiyəoxşar meyvələrini görə bilərsiniz.

Çox qədim dövrlərdə atşabalıdının çiçək, yarpaq, qabıq və meyvəsindən hazırlanan preparatlarla bir sıra xəstəlikləri müalicə edirmişlər.

At şabalıdından hazırlanan preparatların köməyi ilə soyuqdəymə, ağrıkəsici, qanqəsici, büzişdürücü, qıcolmaya qarşı, tonus artırıcı, vena damarlarının möhkəmləndirilməsində istifadə edilir.

Tromb və damar genişlənmələrində. Stəkanın 1/3 hissəsi qədər doğranmış meyvəsindən götürüb 0,5 litr arağın üzərinə töküüb, 2 həftə qaranlıq yerdə hər gün çalxalamaqla saxlayın. Sonra süzüb gündə 3–4 dəfə, hər dəfə 30–40 damcı qəbul edin. Müalicə kursu 3–4 həftədir.

Atşabalıdından müalicə mazının hazırlanması. Doğranmış atşabalıdı meyvəsindən, sürəvənin toz halna salınmış yarpağndan, 1 çay qaşığı kartof nişastası götürüb bir stəkan həcmində toyuq piyi ilə qarışdırın və 1 saat su hamamında saxlayın. 6–8 saat dəmə qoyduqdan sonra süzüb alınan qatı kütlədən ayağınızın ağrıyan nahiyəsinə sürün. Əməliyyatı bir neçə dəfə təkar etdikdən sonra ağrı tamamilə kəsilib gedəcəkdir. Alınmış mazdan dəridə baş verən ekzema, səpgi və yaraların müalicəsində istifadə edin.

Xroniki prostat vəzinin müalicəsində. 2 xörək qaşığı meyvəsinin qəhvəyi rəngli narın doğranmış hissəsindən götürüb 1 stəkan arağın üzərinə töküüb, 10 gün isti, qaranlıq yerdə saxlayın. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 25–30 damcı qəbul edin. Müalicə kursu 1,5 aydır. 2 həftə istirahət verdikdən sonra müalicə kursunu yenidən təkrar edin.

Revmatizm zamanı. 500 q meyvəsinin doğranmış hissəsindən götürüb 3 litr qaynadılmış suyun üzərinə tökün, yarım saat qaynadıb 20–20 dəqiqədən sonra süzün. Alınmış məhlulu 39–40 dərəcə temperatur istiliyi olan vannaya töküüb qəbul edin. Yuyunduqdan sonra dərhal isti odeyala bürünün və yatağa uzanın. Vannanı günəşri 2 həftə qəbul edin.

Radikulit zamanı. Toz halına salınmış atşabalıdının meyvəsindən götürüb donuz piyi ilə 1:1 nisbətində qarışdırın. Alınmış mazdan qara çörəyin üzərinə yaxıb ağrıyan nahiyəyə qoyub isti parça ilə bağlayın.

Babasilin müalicəsində. 2 xörək qaşığı parın doğranmış qabığından götürün və 1 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub, yarım saat dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış ekstraktı vannaya töküüb oturaq halında 15–20 dəqiqə qalın. Sonra qurulanıb yatağa uzanın.

Atşabalıdı meyvəsindən hazırlanan eskuzan preparatı babasil və damar genişlənmələrinə qarşı istifadə edilir.

Atşabalının meyvə və yarpaq hissəsindən hazırlanan esflazid preparatı flevit və tormboflevit xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir.

Diqqət! Atşabalıdından hazırlanan preparatlardan mədə yaralarında, onikibarmaq bağırsağ xəstəliklərində istifadə edilməsi məsləhət görülmür.

Murdarça — *Rhamnaceae* fəsiləsi Qızılağac mürdəşər — *Frangula alnus*

Dünya florasının tərkibində mürdəşər cinsinin 50-yə qədər növü yayılmışdır. Azərbaycanda 2 növünə təsadüf edilir. Bunlar aşağıdakılardır: qızılağac mürdəşər — *F. alnus*, iriyarpaq mürdəşər — *F. grandiflora*.

Mürdəşərin növləri adətən yarpaqlarını tökən, bəzən isə həmişəyaşıl, tikansız budaqlara malik xırda ağac və ya kol bitkiləridir. Mürdəşərin ən qiymətli növü qızılağac mürdəşər — *Frangula alnus* sayılır. Bu, hündürlüyü 6–7 metrə qədər olan qara rəngli, hamar qabıqlı, ağac və ya kol bitkisidir. Cavan zoğları qırmızı-şabalıdı rəngdə və lansetvari, ağ mərci formalıdır. Çiçəkləri xırdadır, ikicinslidir, ensiz, zəng formalıdır. Xaricdən görünüşü yaşılımtıl-ağ, daxildən sarımtıldır. Yarpaq qoltuqlarından çıxaraq 1 sm uzunluğunda olan qısa saplaqlar üzərində yerləşir. Torşəkilli meyvəsinin diametri 8–10 mm-ə qədərdir. Əvvəlcə qırmızı, yetişdikdən sonra isə bənövşəyi-qara rəngdə olur. İçərisində 2–3 ədəd linzaya oxşar, hamar, şabalıdı rəngdə çeyirdəyi olan çeyirdək meyvədir. Azərbaycanın dağ-meşə rayonlarında geniş yayılmışdır. Xüsusən Quba-Qusar, Şəki-Zaqatala, Lənkəran-Astara zonalarında bol ehtiyatları vardır. Bitkiyə arandan yuxarı dağ qurşağımadək rütubətli yerlərdə, meşə kənarlarında, kolluqlarda, çay kənarlarında, bataqlıq çəmənliklərində meşəciklər halında, qrup şəklində və başqa kolo cinsləri arasında səpələnmiş halda təsadüf edilir.

Dağlıq zonalarda dəniz səviyyəsindən 1700 m-ə qədər hündürlüyə qalxır. Gözəl, parlaq, yaşıl, parıldayan yarpaqlarına və yetişmə prosesində rənglərini dəyişən meyvələrinə görə uzun illərdən bəri parklarda, bağ və bağçalarda dekorativ bitki kimi becərilir.

Qızılağac mürdəşərin yarpaq, meyvə və qabıq hissəsinin tərkibindən 2,57–5,7%-ə qədər antraxion birləşmələri, franqulin, xrizofanol, emodin, aloç, rein, emodinantren, franqulaemodin, 10,4%-ə qədər aşı maddəsi və s. tapılmışdır. Bundan əlavə qabığının tərkibində 3,57% kül, mq/q olmaqla

4,80-K, 18,80-Ca, 2,60-Mg, 0,40-Fe makroelementləri, 107,00-Mn, 12,40-Cu, 16,60-Zn, 0,16-Co, 152,58-Al, 171,68-Ba, 0,72-V, 0,04-Sc, 1,52-Ni, 7,92-Se, 27,52-B, 0,72-I mikroelementləri və s. aşkar edilmişdir.

1. Qızılağac mürdəşərin qabıq hissəsini erkən yazda hələ çiçək açmayan dövrdə toplamağı məsləhət görürlər. Yoğun gövdədən dairəvi kəsik açır, sonra onu uzununa kəsərək soyub götürürlər. Bıçaqla qabıq hissəsini qaldıraraq soymaq olmaz. Yığılan xammalı meh vuran çardaqlarda nazik halda kağız üzərinə sərib qurutmaq lazımdır. Tez qurusun deyə gün ərzində xammalı 1-2 dəfə çevirirlər. Zəhərli olduğu üçün yığılmış xammaldan bir il istifadə etmək məsləhət görülmür. Tez qurusun deyə onu 100 dərəcə temperaturda 1 saat ərzində quruducu şakflarda qurudurlar. Bitkinin qabıqlarından hələ çox qədim dövrlərdən zəif işlədici kimi istifadə edilmişdir. Çar Rusiyasında Amerikadan alınan mürdəşər qabıqlarından işlədici dərman kimi istifadə edilirdi. Həmçinin Rusiya ərazisində yayılmış mürdəşər qabıqlarını Avropa ölkələrinə ixrac edib xeyli qazanc əldə edirdilər.

Rus komersantları Rusiya ərazisində yayılan qızılı mürdəşərin qabıqlarını toplayıb, anbarlarda bir il saxladıqdan sonra, Amerika mürdəşəri adı altında öz dövlətlərinə artıq qiymətə satarmışlar. Bir gün bu firıldağın üstü təsadüfən açılır. Belə ki, yük daşıyan fəhlələrdən biri bilmədən 1 tay yükü yerə salır. Bu zaman kisə cırılır və xammal kənara səpələnir. Beləliklə firıldağın üstü açılır.

Xalq təbabətində mürdəşərdən həzm sisteminin nizama salınmasında istifadə edilir.

Meyvə, kök və qabıq hissəsindən hazırlanmış cövhərdən mədə-bağırsaq xəstəliklərində, qastritdə, bağırsaq sancmalarında tətbiq edilir.

Qabıq, budaq, yarpaq və meyvəsindən hazırlanan ekstrakt mürəkkəb tərkibli «Vikalin», «Bikaur» preparatlarına daxil edib, büzüsdürücü, zəif işlədici vasitə kimi mədə və onikibarmaq bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində işlədirlər. Bundan əlavə babasil əleyhinə və eləcə də işlədici çayların tərkibinə daxil edilir.

Qızılağac mürdəşərdən müalicə vasitəsi kimi Litva və Belarus xalqı qızdırmada, Bolqarıstanda isə əsəb, piylənmə, şəkərli diabet, ekzema, revmatizm və bir sıra dəri xəstəliklərində istifadə olunur. Qiymətli boyaq bitkisidir.

Cökə — *Tiliaceae* fəsiləsi

Qafqaz cökəsi — *Tilia begoniifolia*

Dünya florasının tərkibində fəsilənin 50 cinsi və 450-yə qədər növü yayılmışdır. Bu növlər ağac və ot bitkiləri olub ən çox tropik ərazilərdə rast gəlinir. Azərbaycanca 3 növünə təsadüf edilir. Ən çox yayılan bunlardır:

ürəkvari cökə — *T.cordata*, enliyarpaq cökə — *T.platyphyllos*, Qafqaz cökəsi — *T.begoniifolia*. Azərbaycanda enliyarpaq cökə və Qafqaz cökəsi geniş yayılmışdır. Böyük və Kiçik Qafqazın, eləcə də Lənkəran, Astara bölgəsinin dağ və meşələrində bitir. Adətən talalarda, enliyarpaq meşələrdə, xüsusən də fıstıq və şabalıd meşələrində daha çox rast gəlinir.

Qiymətli dərman, aşı, nektar, vitamin, yağ tərkibli və bəzək bitkisi sayılır. Müalicə məqsədilə bitkinin əsasən çiçəklərindən istifadə edilir. Bitkinin çiçək hissəsi çiçəktəcliyi ilə birlikdə toplanır.

Cökə çiçəklərinin tərkibinin əsas hissəsini farnesol təşkil edən 0,05% efir yağı vardır. Çiçəklərindən kempferol akasetin, afzelin, kempferitrin, tilirozid, kversetin, tilianin, qesperidin, biozid kempferol, qerbasetin, protoantimianizmlər, aşı maddələri, saponinlər, fenolkarbon turşusu, C vitamini, karotin, qatran, polisaxaridlər və s. tapılmışdır. Toxumunun tərkibində isə 29,3% piyli yağ və çoxlu miqdarda zülal maddələri aşkar edilmişdir. Çiçəklərinin tərkibindən həmçinin 6,16% kül maddəsi, mq/q-la 23,60-K, 16,90-Ca, 3,00-Mg, 0,20-Fe makroelementləri, mq/q-la 207,00-Mn, 8,63-Cu, 29,00-Zn, 0,48-Co, 0,64-Mo, 0,56-Cr, 115,4-Al, 0,13-Sc, 2,16-Ni, 25,50-Sr, 2,96-Pb, 59,60-B, 0,06-I mikroelementləri tapılmışdır.

Yarpaqlarının tərkibindən 12,3% sulukarbohidratlar, meyvəsindən üzvi turşulardan alma, limon, toxumundan isə saxaroza, raffinoza, staxnoza və s. aşkar edilmişdir. Xalq təbabətində cökə çiçəyinin çayından tənəffüs yollarının iltihabında, qaraciyər, böyrək, mədə-bağırsağ xəstəliklərində və soyuqdəymədə geniş istifadə olunur. Cavan zoğları da çay kimi dəmlənib içildikdə müalicəvi təsir göstərir.

Qədim zamanlardan cökə ağacı qiymətli bal bitkisi kimi yüksək qiymətləndirilmişdir. Bal arısı onun tək cə çiçəyindən 7 mq-dək nektar çəkə bilir. Yaxşı iqlim şəraitində, aydın, günəşli havalarda bir hektar cökə meşəsindən bir tonadək bal toplamaq mümkündür.

Cökə balının mühüm müalicəvi əhəmiyyəti Misirdə, Yunanıstanda hələ 6000 il bundan əvvəl məlum olmuşdur. Maraqlıdır ki, balın ətrini və dadını uzun müddət saxlamaq üçün onu cökədən hazırlanan qablarda saxlayırlarmış. Bunun da səbəbi cökənin çiçəyi kimi, ağacının da ətirli olmasıdır.

Çiçəyinin güclü ətrini arılar 3 km məsafədən hiss edirlər. Xoşagələnin ətirə malik olduğuna görə, çiçəkdən alınan efir yağı ətriyyət sənayesində, kosmetikada, sabunbişirmədə, eczacılıqda istifadə olunur.

Qabıqdan təmizlənmiş cökə meyvələrinin tərkibində 33%-ə qədər qiymətli qida əhəmiyyətli yağ vardır. Dadı badamı xatırlatmaqla, fiziki-kimyəvi xüsusiyyətlərinə görə, ən yaxşı ərzaq yağı sayılır. Cökə yağından qənnadı sənayesində geniş istifadə edilir. Havanın təsirinə qarşı davamlı olub, 0°C-də donur. Yağı sıxıb çıxartdıqdan sonra yerdə qalan tullantısı, yəni cəccəsi mal-qara üçün qiymətli yem sayılır. Cəccənin tərkibində 12,4% zülal,

7,9% piyli yağ, 31,4% azotsuz ekstraktiv maddə, 28,4% sellüloza və s. maddələr vardır.

Şerq xalqları cökənin cavan yarpaqlarına və çiçək tumurcuqlarına şəkər qatmaqla qiymətli ədviyyat hazırlayıb ondan qida məhsulu kimi istifadə etmişlər. Respublikamızda cökənin yayıldığı rayonların əhalisi onun cavan yarpaqlarını dərib dolma bükürlər.

Qurudulmuş cökə yarpaqlarının tərkibində 5% A provitamini tapılmışdır. Yarpaqlarından çox vaxt vitamin cövhəri hazırlanır.

Çiçəklərindən hazırlanan «cökə çayından» bir çox xəstəliklərin müalicəsində — soyuqdəymənin, böyrək qanaxmalarının, ağız boşluğu qanaxmasının qarşısının alınmasında, zərərli mikrobların məhv olunmasında və s. işlədilir.

Xalq təbabətində cökə çiçəyindən sakitləşdirici kimi, qabıq hissəsindən hazırlanan selikli maddədən yanıqların, babasilin, meyvəsindən hazırlanan tozdan burun qanaxmalarında, ürəkgetmədə, baş ağrılarında, mədə spazmalarında istifadə olunur. Çiçək ekstraktından sidik kanalının, kəsiklərin, eləcə də tənəffüs fəaliyyətinin artırılmasında, qan damarlarının genişləndirilməsində istifadə edilir.

Cökədən hazırlanan kömürü özib toz halına saldıqdan sonra daxilə qəbul etmək ishal və dizenteriyanı müalicə edir.

Bundan başqa cökə çiçəyindən müxtəlif markalı konyak və likör də hazırlanır.

Çiçək və yarpaqlarından flavonoid, karotin və xlorofil tərkibli boyaq maddəsi almaq olar ki, bu da yeyinti, ətriyyat və kosmetika sənayesində istifadə edilir.

Cökənin çiçək və yarpaqlarından hazırlanan cövhər, dəmləmə, vannaları, krem və mazlar dəridə baş verən səpgi, ekzema, qoturluq, irinli yaraların müalicəsində yararlıdır.

Çiçəyindən hazırlanan losyon və şampunlardan saçın yuyulub təmizlənməsində, onların inkişafının sürətləndirilməsində, eləcə də tükün bərkidilməsində işlədilir.

Qətranından ekzema və qəza yaralarının müalicəsində geniş istifadə olunur.

Cökə bəzək və sanitariya-gigiyena xüsusiyyətlərinə malik olduğuna və uzun müddət çiçək açdığına görə, atmosferdə olan bir çox zərərli mikrobların təmizlənməsində sanki «süzgəc» rolunu oynayır.

Cökə bağ-bağça, park və xiyabanların yaşıllaşdırılması üçün də əkilib becərilir. O, havanı mikroblardan təmizləmək və ətrafa xoş ətir yaymaqla insanın ovqatına gözəl təsir edir.

Biz uşaq vaxtlarımızda cökə çiçəyinin soyuqdəymədə işlədilən ən gözəl təsiredici vasitə olduğunu bildirdik. Sonralar xalq təbabətçiləri cökənin

tumurcuq, qabıq hissələrindən də müalicə məqsədləri üçün istifadə etməyə başlamışlar.

Cökə çiçəyindən hazırlanan preparatlardan bakterisid, tərqovucu, istiliyin aşağı salınmasında, sidikqovucu, soyuqdəymə, sakitləşdirici, qıcolmaya qarşı işlədilir. Qabıq və tumurcuğundan hazırlanan preparatlarından isə yarasagaldıcı, yumşaldıcı, maddələr mübadiləsinin nizama salınmasında, orqanizmdə olan zəhərli və xoşagəlməz maddələrin təmizlənməsində istifadə edilir. Preparatların köməyi ilə xolesterini, ağır metalların duzlarını, radio-nukleinləri, sidik turşusunu orqanizmdən kənar edirlər.

Maddələr mübadiləsi pozuntularında. 1 xörək qaşığı xırda hissələrə salınmış tumurcuqdan götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərində 3–5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra yarım saat dəmləyin, süzüb gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Sistit və sidik kisəsi daşlarının müalicəsində. 2 xörək qaşığı cökə çiçəyindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun və 5–7 dəqiqə qaynatdıqdan sonra 1 saat dəmləyin. Süzüb gündə 2–3 dəfə 0,5 stəkan yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Əsəb, əsəb pozuntularında, qıcolma zamanı. 4 xörək qaşığı xırda hissələrə salınmış çiçəyindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərində 10–15 dəqiqə qaynadın. Soyudub süzdükdən sonra gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Çibənlərin, yanıq və səpgilərin müalicəsində. Tumurcuqları doğrayıb narın hala saldıqdan sonra onun sıyığını hazırlayıb ağrıyan nahiyələrə yaxıb sarıyın. İlk vaxtlar 3–4 gün gündə 2–3 dəfə, sonra isə gündə 1 dəfəyə endirib müalicəni ağrılar kəsənə qədər davam etdirin.

Babasilin müalicəsində. 1 xörək qaşığı xırda hala salınmış qabıq hissəsindən götürüb, zəif od üzərində 5–7 dəqiqə saxlayın. Yarım saat dəmlədikdən sonra süzüb şiş olan nahiyələrə sürtüb müalicə edin.

Əməköməci — *Malvaceae* fəsiləsi **Məşə əməköməci — *Malva sylvestris***

Əməköməci fəsiləsinin dünya florasının tərkibində 75 cinsi, 1500-ə qədər növü yayılmışdır. Bu 1500 növün içərisində birillik, ikillik, çoxillik kol və ağac formalarına rast gəlmək olar. Bunlar ən çox tropik zonalarda yayılmışlar. Əməköməci fəsiləsinə aid olan növlərin içərisində qiymətli yağ təbiətli, lif xüsusiyyətli, dərman əhəmiyyətli, boyaq və bəzək növlərinin geniş spektrinə rast gəlmək olar. Bunlardan biri də məşə əməköməcidir. Bu ikillik ot bitkisi olub, qollu-budaqlı gövdəyə malikdir. Yarpaqları uzunsaplaqlı, növbəli, ürəkvari — girdə 5–7 dilimlidir, kənarları yarımdayrəvi dişlidir. Dəstə-dəstə yarpaqların qoltuğunda yerləşən çiçəkləri çəhrayı-bə

növşəyi rəngdədir. Bitki may-iyun aylarında çiçəkləyir, meyvələri iyuldan başlayaraq oktyabra qədər yetişir.

Məşə eməköməcisinə — *M.sylvestris* Azərbaycanın demək olar ki, hər yerində — ovalıqlardan başlayaraq orta dağ qurşaqlarına qədər rast gəlmək olar. Bundan başqa bitkiyə əlaqəli yerlərdə, bağ və bostanlıqlarda, yaşayış binalarının ətraflarında, hətəyanı sahələrdə, məşə açıqlıqlarında təsadüf etmək olar.

Bitkinin çiçək və yarpaqlarının tərkibindən 7,7 % D-qlükoza, D-fruktoza, saxaroza, rafinoza, 1,35 %-dən, 6,12 %-ə qədər selikli maddə, 3 B-D-qlükoprianozid malvidin, malvin, mirtilin antosianları, 8-O-B-D-qlükozid-3-sulfat qossipetin, 8-O-B-D-qlükozid-3 sulfat qipofaetin, 8-O-B-D-qlükyro-nid-3-sulfat qossipetin və s. aşkar edilmişdir. Çiçəklərindən isə sulu karbohidratlardan: D-qlükoza, fruktoza, saxaroza, 6,10–7,25 selikli maddə və s. müəyyən olunmuşdur. Qədim tərəvəz və müalicə bitkisi hesab edilir. Müalicə məqsədləri ilə bitkinin yarpaq və çiçək hissələrindən istifadə edilir. Çiçəyi quruyan zaman bənövşəyi rəngə çevirilir. Çiçəyinin tərkibindən selikli maddə aşkar edilmişdir.

Eməköməcidən alınan preparatlar bakterisid, soyuqdəymə, yarasəğaldıcı, bəlgəmgətirici, yumuşaldıcı, zəif işlədici təsirlərə malikdirlər.

Bronxit, astma, pnevmaniya, xroniki bronxitdə, traxeit laringitdə. 1 çay qaşığı doğranmış quru yarpaqlarından 1 stəkan qaynadılmış suya töküb bir saat dəmlədikdən sonra süzün. Hazırlanmış isti ekstraktdan gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin.

Traxeit, traxeitlərdə baş verən bronxitin, faringit, laringitin müalicəsində. 3 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və ya çiçəklərindən götürüb 5 litr qaynar suya töküb zəif od üzərində 5–7 dəqiqə saxlayın. 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış isti dəmləmədən gündə 4 dəfə 0,5 stəkan həcmində yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Soyuqdəymə, qrip, mədə yaralarının, onikibarmaq bağırsağ xəstəliklərində, kolit, qastirit, turşuluğun artması zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış çiçək və yarpaqlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığımız isti dəmləməyə zövqünüzə uyğun bal əlavə edib gündə 4 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Öd kisəsi xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb, 2 saat dəmlədikdən sonra gündə iki dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Ekzema, psoriaz, neyrodermitdə. 5 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və çiçək hissəsindən götürüb 1 litr qaynar suya töküb zəif od üzərində 10–15 dəqiqə saxladıqdan sonra, yarım saat dəmləyin. Süzün 37–38 dərəcə temperatura gətirib, yatmağa 1 saat qalmış gənaşırı vannasını qəbul edin. Müalicə kursu 10 gündür.

Dərman bəlgəmotu — *Althaea officinalis*

Dünya florasının tərkibində əməkəməci fəsiləsinin 75 cinsinə, 1000-ə qədər növünə rast gəlmək olar. Bunların əksəriyyəti tropik ölkələrdə yayılan ağac və ot bitkiləridir. Növlərin əksəriyyəti selik və kitrə ilə zəngin olub tibbdə geniş istifadə olunur.

Dərman bəlgəmotu — *A. officinalis* hündürlüyü 60–150 sm olan yüngün, qısa, çoxbaşlıq kökümsov və budaqlanan kök sisteminə malik çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi tək və yaxud bir neçə ədəd qalxan olub budaqlanandır. Yarpaqları növbəli, saplaqlı, yuxarıdakı bütöv, yumurta şəkilli orta və aşağı yarpaqları ürək formasında 3–5 ədəd çox da dərin olmayan dilimli, kənarları dişli, bozuntul-yaşıl, məxməri tükərlə örtülmüşdür. Diametri 2–3 sm, ağ-solğun və çəhrayı, qırmızı rəngdə olan çiçəkləri yarpaqların qoltuğunda, gövdə və budaqların yuxarısında uzun sünbülvari çiçək qrupunda yerləşmişdir. Meyvələri çoxtoxumlu, dairəvi şəkillidir. Böyrəyoxsar tünd qonur rəngli hamar toxumları vardır. Bitki iyun ayından başlayaraq sentyabr ayına qədər çiçək açır. Toxumları sentyabrda yetişir.

Azərbaycanda bəlgəmotu aran rayonlarında, ən çox isə Kür–Araz, Alazan–Əyriçay və Samur–Dəvəçi ovalıqlarında, çəmənlik yerlərdə, kollarlarda, nemli torpaqlarda, çay kənarlarında bitir.

Bitkinin əsas təsiredicisi selikli maddəsidir. Köklərində 35%-ə qədər suda həll olan selikli maddə vardır ki, bu da hidroliz olunaraq pentoza, qalaktoza və deksitrozaya çevrilir. Tərkibində 37%-ə qədər nişasta, 4% betain, 10–20%-ə qədər saxaroza, 11% pektin, 2%-ə qədər askorbin, 1,7% efir yağı, alma turşusu, fitosterin, kauçukabənzər maddə, 1,25–1,7% piyli yağ, aşı maddəsi, kempferol, kversetin, flavonoidləri, kumar, kofein, ferulov, səlisi, vanilin turşular və s. tapılmışdır. Çiçəklərində 0,2–0,3% efir yağı, 4–5% selikli maddələr, karotin, askorbin turşusu, meyvələrindən isə 2% piy aşkar edilmişdir. Kökün tərkibindən 5,65% kül maddəsi, mq/q-la 11,30-K, 17,40-Ca, 4,00-Mg, 0,73-Fe makroelementləri, mq/q-la 0,10-Mn, 0,47-Si, 0,25-Zn, 0,10-Co, 0,10-Cr, 0,46-Al, 0,29-V, 5,71-Se, 0,15-Ni, 0,63-Sr, 0,05-Pb, 0,10-I, 0,20-B mikroelementləri tapılmışdır.

Dərman bitkisi kimi çox qədim dövrdən məlumdur. Müalicəvi təsiri haqqında Teofrast, Pliniy, Dioskorid, İbn Sina geniş məlumat vermişlər. Dioskorid bu bitkinin adını «altana» yəni «çoxlu dərdlərin dərmanı» qoymuşdur. İbn Sina isə bunun yunanca adının «çöxtərəfli», «çox əhəmiyyətli» mənasını daşdığı qeyd edir. Bəlgəmotundan qədim yunan və Roma xalqları geniş istifadə etmişlər. Qədim zamanlarda bitkini göllərin ətrafında ekib becərərək yarpaq, kök və toxumundan hazırlanan məlhəm, cövhərlərlə üskürək, qanlı dizenteriyanı və s. müalicə edərmişlər.

Müasir tibb elində isə köklərindən soyuq suda hazırlanan 5%-li dəmləməsi, ekstraktlar və «Mukaltin» adlı həbləri soyudəymələrdən yaranan nəfəs yollarının iltihabında, ağ ciyər, mədə-bağırsaq xəstəliklərində (qastrit, enterokolit və s.) eləcə də boğaz ağrılarında qarqara dərmanı kimi geniş istifadə edilir. Bəlgəmotunun kökü sinə çayının və öskürək əleyhinə işlədilən qarışıqların tərkibinə qatılır.

Kökünün tərkibində çoxlu miqdarda selikli maddə olduğuna görə, bitkidən hazırlanan qalın preparatları nəfəs yolları və mədə-bağırsaq orqanlarının müalicəsində istifadə edilir. Bəlgəmotunun kökündən hazırlanan çıxarışı müdafiəedici, yumşaldıcı kimi, soyuqdəymə əleyhinə istifadə olunmaqla bəlgəmgətirici, ağrıkəsici xüsusiyyətlərə malikdir. Ekstraktından xroniki bronxitdə, traxeit, laringit, bronx sətəlcəmində və broxial astma xəstəliklərində də istifadə edilir. Seliyin tərkibində nişastanın, şəkərlərin, polisaxaridlərin, kolloid xüsusiyyətli maddələrin olması, xəstəlik nəticəsində zədələnmiş nahiyələri «suvayır» qıcıqlanan sinir uclarını nizamlayır, selikli qişanı müdafiə edərək toxumaların tezliklə sağalmasına kömək edir. Bundan başqa altey kökünün selik maddəsi ilə mədə xəstəliklərinin, onikibarmaq bağırsağın, mədədə turşuluğun qaydaya salınmasında geniş istifadə edilir.

Bəlgəmotundan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Mədə və onikibarmaq bağırsaqda əmələ gələn yaraların, kolitin, dizenteriyanın müalicəsində. 4 çay qaşığı doğranmış kökündən götürüb 0,5 litr qaynadılmış soyuq suya töküüb 8 saat dəmləyib süzün. Aldığımız cövhərdən gündə 3–4 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Zökəm və grip zamanı. 1 çay qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan qaynadılmış soyuq suya töküüb, 3–4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığımız ekstraktı gündə 2 xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Öskürək, bronxit, ağ ciyər soyuqdəymələrində, göyöskürək, bronxial astma zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan qaynadılmış soyuq suya töküüb 7–8 saat dəmləyib süzün. Aldığımız ekstraktı gündə 4–5 xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Xroniki prostatın və adenoma vəzinin pozuntularında əlavə vasitə kimi. 1 çay qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 0,5 stəkan otaq temperaturunda olan qaynar suya töküüb, 1 saat dəmləyin və süzün. Aldığımız ekstraktı gündə 1 xörək qaşığı hər 2 saatdan bir qəbul edin.

Sistit, sidik kisəsində olan daşların müalicəsi zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynadılmış otaq temperaturunda olan suya töküüb 3–4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Ekstraktı gündə 4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməqabağı qəbul edin.

Psoriaz və ekzema zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 0,5 litr isti qaynadılmış suya töküb 4–6 saat dəmləyib süzün. Yeməkqabağı gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Mindalin, diş əti toxuması, stomatit zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 0,5 litr isti qaynadılmış suya töküb 2 saat dəmləyib süzün. İsti halda boğaz və ağız nahiyənizi tez-tez qarqara edin.

Öskürək, bronxit, qara ciyər soyuqdəymələri, göyöskürək, bronxial astma zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan qaynadılmış isti suya töküb 7–8 saat dəmləyib, süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 3–5 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Konyuktivit və blefarit zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb qaynadılmış isti suya tökün və 2 saat dəmləyib süzün. Alınan ekstraktla gündə 2–3 dəfə gözünüzü yuyun.

Xalq təbabətində yarpaqlarından, çiçəklərindən və köklərindən dəmlənmiş çay öskürəyə qarşı və sinə ağrılarında sakitləşdirici vasitə kimi istifadə edilir.

Çiçəklərini suda pörtledib, uşaqlarda baş verən soyuqdəymələrdə ağrıyan nahiyələrə qoyurlar. Bəlgəmotu çiçəklərini qızılgül ləçəkləri və şüyüd toxumları ilə qarşdırıb çay hazırlayır və quru öskürəkdə içirlər. Qurudulmuş çiçəklərinin dəmləməsi uşaqlarda tez-tez baş verən mədə xəstəliklərində, eləcə də iltihab və ishala qarşı işlədilir. Bitkinin köklərindən hazırlanmış çay mədə ağrılarında, ishalda, kəskin qastritlərdə, enterokolitlərdə yumşaldıcı və iltihabı aradan qaldırıcı vasitə kimi istifadə edilir. Qurudulmuş yarpaqlarından və çiçəklərindən kərə yağında hazırlanmış məlhəm dəri xəstəliklərində (açıq yaralarda) yarasagaldıcı və iltihab götürücü kimi, eləcə də frunkullara (çibanlara) qarşı istifadə edilir.

Yarpaqlarını toz halına salaraq, zeytun yağı ilə qarşdırır, yanıqların, yaraların, qaşınmaların müalicəsi üçün dəriyə sürtürlər. Çiçəklərindən hazırlanmış cövhərdən isə gözün selikli qişasını müalicə elirlər. Kökünün sulu məhlulu (1–2 xörək qaşığı həcmində kökün 1 stəkan soyuq suda bir neçə saat saxladıqdan sonra alınan çıxarışı) soyuqdəymə nəticəsində dəridə əmələ gələn proseslərin aradan qaldırılmasında istifadə edilir.

Bəlgəmotu kökündən dəmləmələrin hazırlanması. 2 xörək qaşığı kökü emal qaba tökərək üzərinə 200 ml qaynar su əlavə edin, ağzını örtüb su vannasında 30 dəqiqə zəif odda qızdırın, qızdırdıqdan sonra, otaq temperaturunda soyudub süzün. Alınmış ekstraktı gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2–1/3 hissəsi qədər için.

Bəlgəmotu siropu. Kökündən hazırlanmış qatı məhlulun üzərinə şəkər tozu əlavə edib 25–30 dəqiqə sonra otaq temperaturunda soyudun. Alınmış məhluldan gündə 3 dəfə yeməyə 25–30 dəqiqə qalmış bir xörək qaşığı həcmində qəbul edin.

Pambıq texniki bitki olub, çox qədim dövrlərdən dünyanın bir sıra ölkələrində geniş surətdə əkilib-becərilir. Vətəni Mərkəzi Amerika, Meksika, eləcə də tropik ölkələr hesab edilir. Bu ölkələrdə pambığın yabanı formaları çoxillik kol və ağac olub, hündürlüyü 6–7 m-ə çatır. Pambıq cinsinə 35 növ və çoxlu sayda müxtəlif sort və formalar daxildir. Bunlardan isə ən çox 5 növ Meksika, Peru, Hind-Çin pambığı, üçdişli pambıq becərilir. Dünyada əkilən pambığın 20%-i Meksika növünün payına düşür. Qalan 4 növün əkin sahəsi 10% təşkil edir.

Pambıq ilk dəfə eramızdan 3000 il qabaq Hindistanda əkilib-becərilməyə başlanmışdır.

Pambıq qiymətli lif, yağ, dərman əhəmiyyətli, aşı, boya, yem, üzvi turşu təbii birillik texniki bitkidir. Hazırda bu bitkidən dünya praktikasında yüzdən artıq kimyəvi maddə, xalq təsərrüfatının 1200-dən artıq müxtəlif sahələrində tətbiq edilən məhsul istehsal olunur.

Pambığın iqtisadi cəhətdən gəlir gətirən hissəsi əsasən lifi və yarpağıdır. Tərkibində zəngin pektin maddəsi olduğundan mal-qara üçün qiymətli yem sayılır. Aparılan təcrübələrdən aydın olur ki, 1 hektar sahədən 2,5–3 tona qədər yarpaq tədarük etmək olar. Pambıq yarpağından limon, alma, askorbin, quzuqulağı, süd, üzüm, fitor, sirkə, çaxır, kəhrəba, nikotin, valerin, qarışqa, salisil və s. üzvi turşular alınır. Bitkidə üzvi turşular vegetasiya dövrünün sonunda toplanır. Limonda 6–7%, narda 6–9%, tütün yarpağında isə 6–7% limon turşusu olduğu halda pambıq yarpağında 6–8% olur. Ən çox limon turşusu bitkinin çiçək altlığında (8,24–10,7%) olur.

1 hektar sahədə 1,5–1,8 ton çiçək altlığı əldə edilir. Buna görə də sənayedə limon turşusu almaq üçün pambığın yarpağı ilə çiçək altlığı ən qiymətli xammal hesab olunur. Pambıq yarpağı və çiçək altlığından yeyinti sənayesində (spitsiz içkilərdə, qənnadı məmulatlarında, qida konsentratlarında, şərəbçilikdə və kulinariyada) geniş istifadə edilir. Limon və alma turşularından kimya, toxuculuq, dəri, neft və neft məhsulları istehsalında və fototexnikada da işlədilir. Radioaktiv maddələrin təmizlənməsində də limon turşusu tətbiq edilir. Tibbdə limon turşusu bir çox müalicəvi sahədə, eyni zamanda qənköçürmədə geniş işlədilir.

Hazırda respublikamızda limon turşusu istehsal edən müəssisə yoxdur. Belə bir müəssisə yaradılsa, xammal sənədi kənd təsərrüfatından qorunub qalmaq və hər bir sahədən 2,5–3 tonadək pambıq yarpağı və 0,5–0,8 ton çiçək altlığı toplanarsa bu 40 min ton yarpaq və çiçək altlığı deməkdir. 500 min ton yarpaq və çiçək altlığından 1,5 min tondan artıq limon turşusu istehsal etmək olar. Bundan başqa pambıq yarpağından çoxlu miqdarda karotinoid və riboflavin

maddələri də aşkar edilmişdir. Yarpağında olan amin turşularının miqdarı heç də qara yonca, soya və qarğıdalı yarpağından geri qalmır. Pambıq yarpağından əvəzolunmaz lizin, histidin, orgenin trionin, metionin, valin, fenilalanin, leysin kimi qiymətli amin turşularından başqa çoxlu miqdarda pektin maddəsi, həmçinin karbohidratlardan mannoza, saxaroza, nişasta, helisellüloza və s. aşkar edilmişdir.

Pambığın yarpaq və çiçəkləri boyaq maddələri ilə də zəngindir. Biz pambıq yarpağının tərkibində ilk dəfə olaraq 6,5%-ə qədər flavonoid tərkibli boya maddəsi, çiçəklərində isə 6,8%-ə qədər antosian maddəsi aşkar etdik. Pambıq yarpağı tərkibindəki flavonoid boyaq maddəsinin tərkibi kversetin, kempferol və s. quruluşu olduğu halda çiçəklərindən tapılan antosian birləşmələrinin tərkibi xrizantemin (sineidin 3 qlükozid) və qossitisianin (sianidin-3 qlükozid-sionizid) ibarətdir. Bu antosianlar P vitamin fəallığına malik maddələr hesab edilir. Pambığın kökünün qabığından qossipol — $C_{30}H_{30}O_8$, aşı maddəsi K vitaminləri, efir yağının izi, trimentilamin, toxumundan qossipol, qossipen — $C_{21}H_{20}O_{13}$ (hidroliz olaraq qlükoza və aqlikon-qossipetin — $C_{15}H_{10}O_8$, qossiroza (raffinoza) $C_{18}H_{32}O_{16}$ çevrilir) tapılmışdır. Bundan başqa toxumundan pigment qossipurnurprin — $C_{30}H_{32}O_7N$ və 41%-ə qədər yağ aşkar edilmişdir. Bitkinin kök və toxumundan qossipol (*gossypolum*) tozu alınmışdır. Alınan preparat açıq-sarıdan tünd-sarı rəngə qədər olub yaşılı çalardan ibarətdir. Suda həll olmur, az miqdarda spirtdə isə həll olur. Alınan preparat kimyəvi terapevtik xüsusiyyətlərə malik olub, müxtəlif virusların məhvində istifadə edilir. Pambığın çiçəklərindən alınan flavonoid birləşmələrindən ibarət preparatlar kapliyarların möhkəmləndirilməsində, qan təzyiqinin və tac damarlarının tonusunun aşağı salınmasında tətbiq edilir. Prof.P.A.Əliyevə görə (1972) qurudulmuş kökündən hazırlanan sulu ekstraktı daxilə qəbul etməklə qanaxmaların qarşısını almaq olar. Qossipol preparatının 3%-li spirtli cövhərilə dəmrov və çibanları müalicə edirlər.

Biz ilk dəfə olaraq pambığın yarpaqlarından flavonoid və aşı maddələri ilə zəngin olan boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipi sarı, limonu-sarı, limonu-narıncı, narıncı, narıncı-sarı, narıncı, zeytunu, tütünü, tütünü-yaşıl, tütünü-qəhvəyi, qəhvəyi, tünd qəhvəyi, şabalıdı, bozumtul, bozumtul-qonur, firuzəyi və s. rəng və çalarlara boyadıq. Aldığımız rəng və çalarlar hər növ poroşokla yuyulmağa, eləcə də günəş şüasına davamlı olub, xalçaçılıq sənayesində müvəffəqiyyətlə tətbiq oluna bilər.

Çay — *Theaceae* fəsiləsi

Çay — *Thea sinensis*

P.M.Jukovskiye görə çay bitkilərin təsnifatına görə örtülütoxumlular tipinə (*Angiospermae*), ikiləpəlidər sinfinə (*Dicotyledoncae*) çayçiçəklilər

sirasına (*Theales*), çay fəsiləsinə (*Theaceae*), çay cinsinə *Thea* Çin çayı növünə *Thea sinensis* aid edilir. Çay bitkisinin Yapon, Çin, Vyetnam, Hindistan, Seylon, Yunanistan və s. növ müxtəlifliyi vardır. Çoxillik həmişəyaşıl kol bitkisi hesab edilir.

Botaniklərin 1935-ci ildə Niderlandiyada keçirilmiş Ümumdünya konfransında belə qərara alınmışdır ki, çay bitki növü *Camellia* cinsi ilə birləşdirilsin. Qeyd etmək lazımdır ki, morfoloji quruluşlarına görə *Camellia* ilə çay bitkiləri bir-birindən o qədər də fərqlənmir. Hər iki bitki həm kol, həm də ağac formasında özünü göstərir; yarpaqları, cavan budaqları, çiçəkləri, meyvə və toxumları xarici görünüşcə bir-birinə oxşayır. Lakin bitkilər arasında böyük fərq olduğunu da göstərməliyik. Belə ki, *Camellia*-nın tərkibindən fərqli olaraq çay bitkisinin 5 faizə qədər kofein aşkar edilmişdir. İngilis botanikləri belə hesab edirlər ki, çayın vətəni şimali Birmadır. Çinlilərə görə çayın vətəni onların ölkəsidir. Akademik N.İ. Vavilov «Mədəni bitkilərin mənşəyi nəzəriyyəsi» əsərində çinlilərə haqq qazandırır. Çay ilk dəfə Tibet dağının ətəklərində inkişaf etməyə başlamış və getdikcə Çinin cənub ətəklərində geniş surətdə yayılmışdır.

Çin rəvayətlərinin birində deyilir. Çoban görür ki, qoyun və keçilər həmişəyaşıl bir kolun cavan budaq və yarpaqlarını yeyən zaman onlarda oynaqlıq, gümrəhlik, cəldlik əmələ gəlir. Çoban həmin bitkinin yarpaqlarını dəmləyib içir. Bitkidə xoş tam və ətirli xüsusiyyət olduğunu başa düşür. Beləliklə «Allah otu» — çay kəşf olunur. Sonradan çinlilər onu mədəni hala keçirirlər. İlk vaxtlar çaydan ancaq imperatorlar istifadə edirdi. Sonralar onlar çay dəmləyib içməyi öz yaxın əyyan və xidmətçilərinə icazə verirlər. İndoneziyada çay bitkisinin yetişdirilməsi təşəbbüsü 1684-cü ildən inkişaf etmişdir. Hazırda İndoneziya çay istehsal edən ölkələr arasında beşinci yeri tutur. Yava və Sumatra adalarında hazırlanmış çay dünya bazarlarında əhəmiyyətli yerlərdən birini tutur. Çay istehsalına görə birinci yeri tutan Hindistanda həmin bitki ilk dəfə XVIII əsrin axırlarında inkişaf etməyə başlamış və 1874-cü ilə kimi ölkənin bir çox əyalətlərini əhatə etmişdir. Vyetnamda, Birmada və Tailanda da çay qədim bitkilərdən hesab olunur. XIX əsrin əvvəllərində (1826) Vyetnamda iri çay plantasiyalarının salınmasına başlanmış və 1918-ci ildən sonra bitki ölkənin cənub əyalətlərində də geniş yayılmışdır. Asiya qitəsində getdikcə inkişaf edən çay bitkisi XIX əsrdən etibarən Afrika, Amerika və Avropa qitələrinin bir sıra ölkələrində də geniş yayılmağa başlanıb.

Çay Rusiyada saray əyanlarının xoşuna gəlmiş və sonralar boyarlar onu ölkənin hər yerində yaymağa başlamışlar. 1779-cü ildə Çin ilə Rusiya arasında bağlanmış müqaviləyə əsasən, ölkəyə Çindən çay gətirilmişdir.

Rusiyada çay əkilib- becərilməsinə XIX əsrin əvvəllərində başlanmışdır. İlk çay bitkisi 1818-ci ildə Nikitin Nəbatat bağında əkilmişdir. Rusiyada

çay bitkisi sənaye məqsədilə 1833-cü ildə yetişdirilməyə başlanmışdır. Bu da bir çox alimlərin, mütəxəssislərin, çay həvəskarlarının səyi nəticəsində olmuşdur.

Rusiyada ilk çay fabriki 1897-ci ildə tikilmişdir. Çay fabriki o zaman lazımi avadanlıqla təchiz edilmədiyindən istehsal olunmuş məhsulun keyfiyyəti çox aşağı idi. Bu dövrlərdə Azərbaycanda və Orta Asiyada təcrübə məqsədilə çay əkilməyə başlanır. Bitki 1890-cı ildə Zaqafqaziya, 1896-cı ildən sonra isə Lənkəranda sınaqdan keçirilir və beləliklə də çayçılıq Azərbaycanda gət-gədə genişlənir.

1931-ci ildən sonra Lənkəran–Astara, Şəki–Zaqatala zonalarında, Krasnodar diyarında çay sahələri inkişaf etdirilməyə başlandı. Çayçılıq üzrə kolxoz və sovxozlar, elmi-tədqiqat idarələri və institutlar yaradıldı. Vaxtilə keçmiş SSRİ çay istehsalına görə dünyada 20-ci yeri tuturdu və burada adambaşına ildə orta hesabla 0,32 kiloqram məhsul istehsal edilirdi.

YUNESKO-nun məlumatına görə gündə dünyada 3 min tona yaxın quru çay işlədilir. Azərbaycanda ildə adambaşına bir kiloqram çay sərf olunur. İçilən çayın miqdarına görə respublikamız Özbəkistan və Tacikistandan sonra üçüncü yeri tutur.

Çay qiymətli texniki bitki hesab olunur. O, vitaminli, efir yağlı, aşı təbiətli, dərman xüsusiyyəti və boyaq əhəmiyyətli bitkidir. Çayın yarpağının tərkibində P vitamini qrupundan olan bir sıra maddələr: tanin, tein, efir yağları, karbonatlar, zülallar, fermentlər və s. vardır. Tədqiqatlar göstərir ki, yaşıl çay yarpağının tərkibində C vitamini, çay kollarının nazik budaqlarında və yarpaqlarında B₁, B₂, K, PP vitaminləri də vardır. Bundan başqa onun tərkibində nikotin və pantoten turşuları, kempferol, rutin, kofein və s. maddələr mövcuddur. Bir sözlə, çayın tərkibində 130-a yaxın nadir və qiymətli maddə vardır.

Qeyd etdiyimiz kimi, çaydan hələ eramızdan çox-çox əvvəl qiymətli müalicə otu kimi istifadə olunmuşdur. Qədim manukript yazılarında göstərilmişdir ki, çay bədəni sağlamlaşdırır, ürək döyüntülərini nizama salır, zehni təmizləyir və əhvali-ruhiyyəni yaxşılaşdırır. Lakin çayın müalicəvi əhəmiyyəti və onun möcüzəli təsiri elmi surətdə ancaq XX əsrin ortalarından sonra öyrənilmişdir. 1945-ci ildə Xirosimaya atılan atom bombasının təsiri nəticəsində minlərlə insan şüalanmaya məruz qalmış və bu dəhşətli hadisənin qurbanı olmuşdur. Partlayışdan sonra yerli əhali ölkənin müxtəlif əyalətlərinə köçmək məcburiyyətində qalmışdır. Şüa xəstəliyinə tutulmuş əhəlinin Udçi çayçılıq əyalətinə köçmüş hissəsi az bir zamanda sağalmış, amansız ölümdən yaxa qurtara bilmişdir. Bu məsələ yapon ictimaiyyətinin nəzərini cəlb etmiş və böyük sensasiyaya səbəb olmuşdur. Tokio qəzetləri o zaman «Çay radiasiyadan qoruyur», «Atom əsrinin içkisi», «Çayın möcüzələri» və s. başlıqlar altında çayı geniş təbliğ etməyə başlamışlar. Yaponiya-

nin Kioto universitetinin əməkdaşlarından Teidji Uqan və Ensi Xayaşl çay bitkisini geniş tətbiq etmiş və belə nəticəyə gəlmişlər ki, çay nüvə partlayışı zamanı orqanizmi radioaktiv izotoplarla zəhərləyən stronsium 90-ı təsirdən salır. Çay şüalanmamı neytrallaşdırır və şüalar tədricən insan orqanizmindən kənar olur. Bunu nəzərə alaraq alimlər şüa xəstəliyinin müalicəsində təbətə çoxdan bəri məlum olan tanin preparatından istifadə edilməsini məsləhət görürlər. Keçmiş sovet alimləri də çayı bu mövqedən tədqiq etməyə başlamışlar. Kiyev fiziologiya institunda Ukrayna alimi A.Qordetski bir qrup siçanı şüalandırıb, xəstələndirdikdən sonra iki bərabər qrupa bölmüşdür. Birinci qrupu özbaşına buraxmış, ikinci qrupa ardıcıl surətdə külli-miqdarda katexin məhlulu (çayın tərkibində olan üzvü birləşmə) vermişdir. Nəticədə katexin məhlulu verilən siçanlar sağalmış, qalanaları isə məhv olmuşdur ki, şüa xəstəliyinin müalicəsində çayın tərkibindəki tanin deyil, katexinin rolu böyükdür.

Küllü-miqdarda aparılan tədqiqatlar zamanı müəyyən edilmişdir ki, yaşılçay ağ ciyər, prostat və döş vəzlərinin xərçənginin qarşısını alır. Müəyyən edilmişdir ki, bunun əsas səbəbi yaşıl çayın tərkibində olan antioksidan xassəli yeni qallokatexin qalat (epiqallosatedin qalate — E6C6) maddəsidir.

Yapon alimləri sübut etmişdilər ki, E6C6 xərçəng hüceyrələrinin inkişafının qarşısını alır, onların inkişaf etmələrinə imkan vermir. Bu hadisə isə 67 LR reseptoru ilə sıx əlaqədə baş verir. Bir çox xərçəng hüceyrələri 67JR reseptorları ilə əlaqədə olub orqanizmin hüceyrə və toxumlarında yayılmağa başlayırlar. Xərçəng xəstəliyinə tutulmamaq üçün alimər gündə 2-3 fincan yaşıl çay içməyi məsləhət görürlər.

Ona görə də çaydan katexin preparatının hazırlanması ideyası meydana çıxdı. Uzun müddətli axtarışlar nəticəsində, nəhayət, çayın komponentlərindən katexin preparatı almaq mümkün olmuşdur. Bu preparatdan nefrit, xroniki hepatit və hipertoniya xəstəliklərinin müalicəsində müvəffəqiyyətlə istifadə olunur.

Alimləri düşündürən əsas məsələlərdən biri də, ümumiyyətlə, çayın insan orqanizminə təsirinin öyrənilməsidir. Bu işin ilk tədqiqatçılarından biri Batumi fizioterapiya xəstəxanasının baş həkimi, elmlər doktoru Maqalablişvili olmuşdur. O, ilk növbədə hipertoniya, ateroskleroz, revmatizm və hepatit xəstəliklərinin müalicəsində çayın rolunu müəyyənləşdirməyi qərara almışdır. Bu məqsədlə həkim xəstələri yaşlarına, xəstəliyin xarakterinə, ürək-damar və əsəb sisteminin vəziyyətinə görə qruplaşdırmışdır.

İstehsal prosesində yaşıl çay dəyərli keyfiyyətlərini nisbətən az itirdiyi üçün ilk təcrübələrdə yaşıl çaydan istifadə edilirdi. Müalicənin səmərəliliyini aydınlaşdırmaq məqsədi ilə xəstələrə bir neçə müddət (onların razılığı ilə) heç bir dərman verilməyib, ancaq çayla müalicə aparılırdı. Yüzlərlə xəstə üzərində belə sınaqlar keçirilirdi. Əldə edilən nəticələr həm xəstəliyin, həm

də tədqiqatçıların təəccübünə səbəb oldu. Çay revmatizm və xroniki hepatitə tutulmuş xəstələrin ümumi vəziyyətini yaxşılaşdırmış, ateroskleroz və hipertoniya xəstəliklərinin müalicəsində mühüm rol oynamış, qan damarlarının elastikliyi xeyli artırmışdır. Təcrübə göstərmişdir ki, həmin xəstələrin arterial xəstəlikləri cəmi beş gün sonra normaya düşmüşdür. Görünür çayın hipertoniylərə zərərli təsiri haqqında keçmişdə hökm sürən anlayış öz qüvvəsini itirmişdir.

Uzun müddət Türkmənistanda yoluxucu xəstəliklərin yayılması və onlara qarşı mübarizə tədbirləri ilə məşğul olan tibb elmləri doktoru professor S.Berdiyeva belə bir cəhətə fikir vermişdir ki, çayın geniş yayıldığı rayonlarda qanlı ishal xəstəliyinə olduqca az təsadüf edilir.

Aşqabad Epidemiologiya və Gigiyena İnstitutunda və S.Botkin adına Moskva Şəhər Xəstəxanasında aparılan bir sıra kliniki təcrübələr nəticəsində müəyyən edilmişdir ki, qanlı ishal xəstəliyinin müalicəsində çay səmərəli təsir göstərir. Professor S.Berdiyeva apardığı təcrübələr nəticəsində belə qərara gəlmişdir ki, qanlı ishal xəstəliyinin müalicəsində yaşıl çay ən kəserli vasitədir. Türkmən alimi bir çox xəstəni yaşıl çayla müalicə etmişdir. Ən ağır xəstələrdə belə 2–3 gündən sonra xəstəliyin törədiciləri məhv olmuşdur. 5–10 gündən sonra isə xəstələr tamamilə sağalmışlar, halbuki, antibiotiklərlə müalicə kursu bir neçə həftə davam edir. Alimlər beyində, mədə və mədə-bağırsaq sistemində baş verən ağır qanaxmaların müalicəsində də yaşıl çaydan istifadə etmişlər. Çay sidik kisəsində, böyrəklərdə və qara ciyərdə daş yığılmasının qarşısını alınmasında mühüm rol oynayır. Təsadüfi deyildir ki, çox çay içən çinlilər təcrübə olaraq böyrəkdə daş əmələgəlmə xəstəliyinin nə olduğunu bilmirlər. Alimlər bunun səbəbini çinlilərin yaxşı çay dəmləmə bacarığına malik olmalarında və çay dəmlənərkən efirli yağların qorunub saxlanılmasında görürlər.

Almaniyanın Hamburq şəhərinin həkimləri İtryubiç və Qyulsovun fikrincə, gün ərzində iki-üç fincan çay içən şəxslərin dişləri gec xarab olur. Onlar həmçinin təyin etmişlər ki, iki fincan çayın tərkibində dişlərin çürüməsinin qarşısını ala biləcək qədər fluor vardır. Həkimlər 37 növ çayı tədqiq etdikdən sonra müəyyən etmişlər ki, bir fincan çayın tərkibində olan fluor çay yarpağının ölçüsündən və yığılma vaxtından asılıdır. Ən çox fluor köhnə və nazik çay yarpağında aşkar edilmişdir. Çayın yaxşı dəmlənməsi üçün 4 dəqiqə optimal vaxt müəyyən edilmişdir.

Moskva Elmi-tədqiqat Stomatologiya İnstitutunun əməkdaşları təcrübə zamanı qərribə bir hadisə ilə qarşılaşdılar. Alimlər təcrübə zamanı müəyyən etmişlər ki, Özbəkistanın Gülüstan şəhərinin şagirdlərində, Ukrayna və Baltıqyanı respublikalarının şagirdlərinə nisbətən diş çürüməsi prosesi baş vermir. Gülüstan şəhərində yaşayan uşaqların yarıdan çoxu diş ağrısı nə ol-

duğunu bilmirlər. Halbuki, onlar şirniyyat növlərindən heç də başqa şəhərlərdə yaşayan uşaqlardan az istifadə etmirlər.

Həkimlərin apardıqları elmi-tədqiqat işlərinin nəticəsində məlum oldu ki, Güllüstan şəhərində yaşayan uşaqların dişlərinin agrımamasına səbəb yaşıl çayın tərkibində olan fluor maddəsidir. Ona görə də həkimlər məsləhət görürlər ki, orada yaşıl çaydan da istifadə edilsin.

Çayın tərkibində olan B₁, P və K vitaminləri dərinin elastikliyini artırır, rəngini yaxşılaşdırır, kapliyarın divarlarını möhkəmləndirir. Ümumiyyətlə, çayın müsbət cəhətlərindən çox danışmaq olar. Bu ecazkar içkini həyat sağlamlıq eliksiri adlandıranlar heç də səhv etmirlər. Çay kolu məhsullarından biri də onun toxumudur. Çay toxumu əkin materialı kimi istifadə edilməklə yanaşı, yeyinti sənayesində də işlədilir. Çayın toxumunda 36–37% zəhərli saponin vardır.

Çində, Yaponiyada və bir sıra başqa ölkələrdə çay toxumunu həmin maddədən təmizləyərək, yeməli yağ istehsal edirlər. Çay toxumundan alınan efirli yağdan sabun istehsalında istifadə olunur.

Çay kolunun bütün məhsulları (çiçək, yarpaq, toxum və cavan budaqları) yuxarıda deyidiyi kimi, yeyinti, ətriyyat və təbabət sənayesi üçün qiymətli xammaldır. Lakin hələlik Azərbaycanda çay kolunun məhsullarından bu məqsədlər üçün tam istifadə olunmur, yalnız məxməri çay (qara çay) hazırlanır.

Azərbaycanda çay bitkisi quru çay hazırlamaq məqsədilə becərilir. Gürcüstanda isə çay yarpaqlarından qara çaydan başqa, yaşıl çay və kərpic çay da hazırlanır.

Azərbaycanın quru çayı öz keyfiyyətinə görə dünyanın ən yaxşı çay növlərindən geri qalmır. Bunu bitkinin kimyəvi tərkibinə görə Hindistan quru çayı ilə müqayisəsi də aydın göstərir. Hindistan çayının 46–50% ekstrakt, 25–35% tanin, 3–4% kofein, 4,6% ümumi azot, 5,8% ümumi kül təşkil edir. Azərbaycan quru çayının tərkibində isə 41–50% ekstrakt, 23,5–30% tanin, 2,4–3,3% kafein, 3,6–5,3% ümumi azot, 4,8–5,8% ümumi kol vardır. Bu göstəriciləri ilə Azərbaycan çayı Gürcüstan və Seylon çayına uyğundur. Bu maddələrlə yanaşı Azərbaycan çayının tərkibində 18,1% C vitamini, B vitamini, PP nikotin turşusu, habelə 4–74 % nektin maddələri vardır. Bundan başqa Azərbaycan çayının yaşıl yarpaqlarında sərbəst amin turşuları vardır ki, bunların da çox miqdarı iyul–avqust aylarında olur, bu isə yarpağın əsas keyfiyyət göstəricilərindən biridir.

Qonşu Gürcüstan Respublikasında çayın daha qaba yarpaqlarından və cavan zoğlarından yaşıl çay, kərpici çay, kofein çay konsentrasi və s. qiymətli məhsullar hazırlanır. Lakin Azərbaycan çayçılığında hələlik bu sahəyə əhəmiyyət verilmir. Hər il respublikamızda çay kollarının budanması ilə əlaqədar hər hektardan 2–2,3 ton yaşıl kütlə xaric edilir ki, ondan da xeyli

kərpic çay və yaşıl çay hazırlamaq olar. Bizim respublikamızda çay becəri-
lən təsərrüfatlarda yazqabağı çay kollarına forma verən zaman hər il orta
hesabla 20–25 min ton yaşıl kütlə istifadəsiz qalır. Bu tullantıdan laboratoriyaya şəraitində yeni texnologiya üsulu hazırlayıb, yeyinti sənayesində müxtəlif qida məhsullarının sarı, yaşıl, qəhvəyi və s. rəng və çalarlara boyamaq olar.

Dazi — *Hypericaceae* fəsiləsi Adi daziotu — *Hypericum perforatum*

Daziotu qiymətli dərman bitkisi kimi bir çox ölkələrin xalq və elmi təbabətində geniş istifadə edilir. Daziotundan hazırlanan preparatların müalicəvi spektri çox ətraflı olduğu üçün bir sıra çətin sağalan xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir. Belə ki, «daziotu cövhərindən» diabetin (şəkərin), nefritin, sistouretitin, yara və bağırsaqların selikli qişasında əmələ gələn eroziyaların, dəri yaralarının, artrit müalicəsində istifadə edilir.

«Daziotunun quru ekstraktından» orqanizmin müqavimətinin artırılmasında, büzüşdürücü vasitə kimi «Yarsin-300», yerüstü hissəsindən alınan ekstraktından antidepressiya, oturaq sinir xəstəliklərində istifadə edilir.

Daziotundan alınan «hovoimanin»dən antibakterial vasitə kimi elmi təbabətdə geniş tətbiq edilir. Slovakiyada daziotundan hazırlanan «Floristen» preparatından qadın xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Rusiyada daziotu 20-dən artıq istehsal edilən dərman preparatlarının tərkibinə qatılır. Bu preparatlardan immunitet möhkəmləndirici, soyuqdeymədə, hipoplíkemdə, hepətoprotekorun, antioksidant vasitə kimi tətbiq edilir.

Daziotundan hazırlanan kompozisiya ekstraktı ABŞ-a patent kimi satılmışdır. Kliniki sınaqlar zamanı müəyyən edilmişdir ki, bu kompleksdən xroniki yorğunluq sindromunun əleyhinə işlətmək olar.

Son illərdə daziotunun kimyəvi və farmakoloji xüsusiyyətlərinin daha dərindən tədqiqi nəticəsində yeni antidepres və psixotrop preparatlar kəşf edilib xalqın istifadəsinə verilmişdir. Daziotunun ekstraktlarından Almaniya-da yeni «Neqrustin», «Qelarium hiperikum», «Qiperforab», «Psixotonin», «Nefropas» preparatları hazırlanmışdır. Bu preparatlar qorxu, həyəcan, depressiya zamanı baş verən bir sıra əsəb xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir. Bu yeni preparatlar dünyanın bir çox iri tibb müəssisələrində geniş tətbiq edilir. Preparatların əsas kimyəvi tərkiblərini daziotundan alınmış flavonoid birləşmələri təşkil edir.

Dünya tibb praktikasında daziotundan müalicə məqsədləri üçün 2500 il bundan qabaq istifadə edilməyə başlanmışdır. Hələ qədim yunan və Roma xalqlarına daziotunun müalicə xüsusiyyətləri çoxdan məlum idi. Daziotunun müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında Hippokrat, Dioskorid, Böyük Pliniy, İbn

Sina və s. alim və mütəfəkkirlər öz əsərlərində geniş bəhs etmişlər. Rus xalq təbabətində daziotunu «99 dərindən» dərmanı adlandırırlar.

Daziotu fəsiləsi 40 cinsi 850-dən artıq növü əhatə edir. Dazi fəsiləsinə daxil olan növlərin əksəriyyətini yarımkol, kol, ağac və çoxillik otlar təşkil edir.

Fəsilənin ən maraqlı cinslərindən biri də daziotu — *Hypericum*-dur. Cinsin dünya florasının tərkibində 400-ə qədər növü yayılmışdır. Daziotu cinsinə daxil olan növlər yarımkol və ot bitkiləri olub yer kürəsinin mülayim subtropik və tropik ölkələrinin dağlıq sahələrində ən çox Orta Aralıq dənizi ətraflarında yayılmışdır.

Daziotunun Qafqazda 27, o cümlədən də Azərbaycanda 15-ə qədər növünə rast gəlmək olar.

Daziotu cinsinin ən əhəmiyyətli növlərindən biri də zəif daziotu növüdür.

Zəif daziotu — *Hypericum perforatum* L. Bü hündürlüyü 15–75 sm olan çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi bir və yaxud bir kökdən çıxan bir neçə budaqdan ibarətdir. Gövdə yuxarı hissədən budaqlanandır. Yarpaqları kəskin sürətdə müxtəlif formada — enli, dairəvi, ellipsvari, uzunsov-yumurtavari, uzunsov-xətvaridir. Çiçəkləri çoxsaylı gövdənin yuxarı hissəsindən yan budaqlara ayrılır, süpürgəvari və yaxud tamam qalxanvaridir. Ləçəkləri uzunsov, uzunsov-belvari və yaxud ellipsvaridir.

Zəif daziotu Azərbaycanın hər yerində yayılmışdır. Bitkiyə düzənlik sahələrdən tutmuş, subalp zonalarına, kolluqlar arasında meşəlik sahələrində meşə açıqlıqlarında, otlu yamaqlarda, zibilliklərdə, çay vadilərində rast gəlmək olar. Daziotu qiymətli dərman, aşı, boyaq, efir, nektar və bəzək təbiətli bitki hesab edilir.

Daziotunun kök hissəsindən başqa bütün hissələrinin tərkibindən 9,5% boyaq maddələrindən hiperisin — $C_{30}H_{16}O_8$, psevdohiperisin $C_{32}H_{20}H_{10}$, protopsevdohiperisin və s. boyaq maddələri, 1%-ə qədər flavonoid təbiətli hiperozid — $C_{21}H_{20}H_{12}$, rutin, kversitrin, izokversitrin və kversetin və s. flavonoid maddələri, həmçinin efir yağı, 12–13 %-ə qədər aşı maddəsi, nikotin və 140 mq% askorbin turşuları, P vitamini, 55 mq% karotin, xolin, saponin və alkaloid izləri aşkar edilmişdir.

Daziotunun yerüstü hissəsinin tərkibindən 4,21 % kül, mq/q 16,80-K, 7,30-Ca, 2,20-Mg, 0,11-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 0,25-Mn, 0,34-Cu, 0,71-Zn, 0,21-Co, 5,60-Mn, 0,01-Cr, 0,02-Al, 0,03-Se, 0,18-Ni, 0,18-Sr, 7,20-Cd, 0,08-Pb, 40,40-B mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Daziotundan müalicə vasitəsi kimi ilk əvvəllər, yeni bizim eradan 460–377 il qabaq Hippokrat xəbər vermişdir.

Daziotunu ilk vaxtlar «ilahi otu» adlandırmışlar. Bu da onun qorxu və qarabasma xəstəliklərinə tutulmuş adamların müalicəsində istifadə olunmasını göstərir.

Tarixi mənbələri araşdırarkən məlum olmuşdur ki, daziotu müqəddəs «İona otu» adlandırılmışdır. Belə ki, onun çiçək açma dövrü «İvan günü»nə təsadüf edir.

Rus xalq təbabətində daziotunu dovşan qanı, qanverici adlandırırlar. Almanlar buna şeytanqovan bitki adı vermişlər. Çoxları belə güman edirmişlər ki, daziotu şeytani evdən qovur və davanı, söz-söhbəti evdən uzaqlaşdırir. Rusiyanın bir çox rayonlarında yaraların sağalmasına gözəl təsir etdiyi üçün daziotunu «yaraları sağaldan Allah» adlandırmışlar. Daziotundan italyanlar bir çox xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə etdikləri üçün buna «göbək otu» deyərmişlər. Müxtəlif xalqlar öz müalicəvi təsirinə görə daziotuna müxtəlif adlar vermişlər.

Dərman bitkilərinin müalicəvi təsirlərinin sirlərini öyrənməklə uzun müddət məşğul olan A.T.Bolotov 1780-ci ildə yazırdı ki, elə bir dərman bitkisi tapılmaz ki, öz müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə daziotuna bərabər olsun. A.T.Bolotova göstərir ki, daziotundan və toxumlarından alınan yağ, günəbaxan yağı, az miqdarda su, çaxır spirtinə və ya üzüm çaxırına töküüb, çalxalayaraq qarışdırıb bir çox daxili xəstəliklərin müalicəsində əvəzolunmaz vasitə kimi istifadə edirlər. Bundan hazırlanan mazdan müxtəlif irinli yaraların, həşarat sancmalarından və s. əmələ gələn yaraların sağaldılmasında istifadə olunur. Bir çox ölkələrin xalq təbabətində daziotu müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində geniş surətdə tətbiq olunur. Məsələn, Polşa xalq təbabətində daziotundan hazırlanmış spirtli cövhərlə çatların, daxili qanaxmaların, çibanlı yaraların yetişib sağaldılmasında və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə olunur. Daziotundan hazırlanmış cövhəri çaxırda həll edib, qızdırma, sarılıq, qadın xəstəliklərinin və eləcə də işləmə əleyhinə istifadə edilir. Bundan başqa daziotunun çiçəklərindən hazırlanan cövhərlə, əsəb, vərəm xəstəliklərini də müalicə edirmişlər. Bir çox tibb mütəxəssisləri qeyd edirlər ki, daziotundan alınmış yaği əhənglə qarışdırıb bir çox xəstəlikləri, o cümlədən oynaqlarda baş verən ağrıların, yanıqlı yaraların müalicəsində tətbiq edilir.

Bundan başqa daziotunun yağından doğuşdan sonra qadınların döş nahiyələrində əmələ gələn vəz şişlərinin aradan qaldırılmasında istifadə olunur. XVII əsrdə İtaliyada daziotunun üst hissəsini çiçəkləri ilə birlikdə kəşib götürərək, onu qurudub, narın toz halına salıb və həmin tozu palma yarpaqlarından hazırlanmış məhlulla qarışdırıb, uzun müddət saxladıqdan sonra, ondan qırmızı rəngli balzam hazırlayıb bir çox xarici və daxili xəstəliklərin müalicəsində işlətmişlər.

Rus xalq təbabətində də daziotundan müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə olunur. Belə ki, bundan hazırlanan preparatlar qankəsici, sakitləşdirici, ürək-damar sistemində əmələ gələn pozuntuların nizama salınmasında istifadə edilir. Daziotunun spirtli cövhəri, yağı, eləcə də ondan hazırlanmış bir çox preparatlar vərem, qan qusma, yara qanaxmaları, qurd xəstəlikləri, qıcolma, ürəkgetmə, əsəb sisteminin nizama salınmasında, yaraların yuyulmasında, irinli yaraların, kəsiklərin, əzilmələrin və s. xəstəliklərin müalicəsində tətbiq edilir.

Macarıstanda daziotundan hazırlanan yağ və mazlardan xarici və daxili orqanlarda baş verən yara və yanıqların müalicəsində istifadə olunur.

Daziotunu ən yaxşı olar ki, çəçək açan dövrdə (iyul–avqust) aylarında, gövdəsinin yuxarı hissəsindən, 20 sm olmaqla xüsusi alətlə kəsib toplayıb çox da böyük dəstə olmamaq şərti ilə bağlayıb kölgəli mehvuran sahələrə ipdən asıb qurutmaq lazımdır.

Bitkidən cövhər və yaxud dəmləmə şəklində orqanizmin xaricində istifadə etmək məqsədi ilə yağda hazırlanmış cövhərindən işlətmək məsləhət görülür.

Daziotunun müalicəvi spektri o qədər genişdir ki, otları müalicə edən tibb mütəxəssisləri həmişə bitki ekstraktları hazırlayarkən daziotundan da əlavə kimi istifadə edirlər. Məşhur xalq təbibi S.M.Nosal yazırdı: «Unsuz çörək hazırlamaq mümkün olmadığı kimi daziotusuz da, heç bir xəstəliyi müalicə etmək olmaz».

Daziotundan hazırlanan cövhər, dəmləmə, məlhəm və preparatlardan bərpaedici, soyuqdəymə, yara əleyhinə, büzüşdürücü, ödqovucu və sidikqovucu, qankəsici, dezinfeksiyaedici, yanq və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Bolqar və Fransa alimləri belə hesab edirlər ki, daziotu antidepressiya xüsusiyyətlərinə malikdir.

Daziotunun müalicəvi xüsusiyyətlərini öyrənən zaman təkzibolunmaz bir yenilik əldə olunmuşdur. Belə ki, daziotunun qiymətli sidikqovucu təsirə malik odluğu elmi əsaslarla təsdiq edilmişdir. Aşağıdakı yatmağa az qalmış uşaqlara 0,5 stəkan daziotu ekstraktı verdikdə, sidiyini saxlaya bilməyən uşaq yerini islatmır. Daziotu dəmləməsindən uşaq tibb praktikasında geniş istifadə edilir.

Daziotundan orqanizmin xaricində baş verən yaraların, kəsiklərin, yanıqların, don vurmuş nahiyələrin, həmçinin müxtəlif ağır yaraları müalicə etmək üçün yaxalama vasitəsi kimi işlədilir.

Tibb aləmində adı daha çox hallandırılan daziotundan hazırlanan «İrmanin» və onun təkmilləşdirilmiş forması olan «Yeniirmanın» preparatı ilə müxtəlif mənşəli, müxtəlif dərəcəli yanıqlar müalicə edilərək çoxlu insan

yenidən həyata qaytarılmışdır. Yəniq zamanı bir çox görmə qabiliyyətini itirmiş insanların görmə qabiliyyəti bərpa olunmuşdur.

Yaxın vaxtlarda daziotundan alınan preparatlar dəridə baş verən şüa zədələnmələrinin müalicəsində müvəffəqiyyət bəticələr verir.

Daziotundan müalicə məqsədləri üçün istifadə edilən zaman çox diqqətli olmaq lazımdır ki, bu arterial təzyiği artırır və hipertoniyə yaxşı olar ki, daziotunu başqa bitkilərlə — yarpız, bədrənc və s. qatışıqlar şəklində istifadə etsinlər.

Daziotunun tərkibində çox mürekkəb kimyəvi maddələrin olmasının nəticəsi olaraq bir çox rus mütəxəssisləri daziotundan kosmetika sahəsində də istifadə olunmasını irəli sürmüşlər. Hərgah siz yay aylarında daziotu ekstraktından içib çimərliyə getsəniz, o işığa qarşı çox həssas olduğundan bədəniniz tez qaralmağa başlayacaqdır, ona görə də çimərlikdə çox qalmaq məsləhət görülmür. Əgər dərinizdə qızartı qabarlar baş verərsə bu zaman siz hökmən daziotundan hazırlanmış ekstrakt qəbul etməlisiniz.

Qırıq, qocalmış dəri üçün ən yaxşı vasitəsi soyuq daziotu ekstraktı ilə yuyunmaqdır.

Sifətinizin dərisi yağlı və civzələr varsa, onda daziotunun sulu dəmləməsi ilə üzünüzü yuyun. Bunun üçün 10 q qurudulmuş daziotundan götürüb 200 ml suya tökün və dəmləyib süzüb istifadə edin.

Yağlı saçlarınızı yuduqdan sonra isti daziotu cövhəri və yaxud dəmləməsi ilə yaxalayın.

Daziotu öz müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə dünyanın bir çox xalqları arasında sevilə-sevilə hörmət qazanmışdır. XIX əsr rus tibb alimlərinin əsərlərində daziotu qankəsici, sakitləşdirici vasitə kimi tətbiq edilirdi (E.Y.Şass, 1952) D.Q.Qess isə (1966) qeyd edir ki, daziotu ilə 20-dən artıq xəstəlik müalicə edilir. M.N.Varlakov (1943–1944) daziotundan alınan preparatların qankəsici, soyuqdəymə, dezinfeksiya vasitəsi kimi tətbiq edildiyini qeyd edir. Bundan başqa daziotu xaricdə istehsal olunan rətanin preparatını müvəffəqiyyətlə əvəz edir və ondan keyfiyyətli hesab edilir. Bitki balzamı verdiyinə görə ondan konserv sənayesində ədviyyat kimi istifadə edilir.

Prof.A.D.Turovaya görə (1974), 100 ml ekstraktından gündə 3 dəfə qəbul etdikdə 1–2 aydan sonra xroniki mədə xəstəliyi olanların vəziyyəti yaxşılaşır, qıçırma, turşuluğun aşağı düşməsi və həzmin yaxşılaşması müşahidə edilir. Polşada daziotundan qankəsici və yuxusuzluğa qarşı istifadə edilir.

Cövhəri aşağıdakı kimi hazırlayırlar: 1 xörək qaşığı doğranmış qurudulmuş otundan götürüb 0,75 litr suya töküb zəif odun üzərinə qoyub 5–10 dəqiqə qaynadıb süzüb istiadə edin. Daziotundan hazırlanan yaği belə hazırlamaq olar: 1 hissə daziotundan götürüb, 2 hissə zeytun yağının üzərinə töküb 3 həftə saxlayıb süzün. Sonra istifadə edin.

Daziotu toxumlarından hazırlanan yağdan ekstraktlardan kosmetika sahəsində də geniş istifadə edilir. Bitkidən sifətdə, orqanizmin başqa nahiyələrində əmələ gələn cüzələri, qoturun, qaşınmaların, irinli yaraların, səpgilərin, müalicəsində geniş istifadə edilir. Daziotunu ev şəraitində asanlıqla hazırlamaq olar. Bunun üçün 1 hissə daziotu toxumu ilə 2 hissə bitki yağını bir-birilə qarışdırıb 2–3 həftə qaranlıq yerdə saxlayıb süzün. Yeri gəldikcə yuxarıda qeyd etdiyimiz xəstəliklərin üzərinə sürtüb müalicə edin.

Daziotundan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Daziotundan cövhərin hazırlanması. 100 q qurudulmuş daziotu otundan götürüb 500 ml 40%-li spirtin üzərinə töküüb 7 gün qaranlıq yerdə saxlayıb süzün. Gündə 1–3 çay qaşığı yeməkqabağı qəbul edin.

Daziotundan müalicəvi yağın hazırlanması. 100 q daziotundan götürüb 600 ml təzə zeytun yağı və yaxud günəbaxan yağının üzərinə əlavə edin və 30 dəqiqə qaynadıb soyutduqdan sonra süzün. Aldığınız yağdan dəridə əmələ gələn ləkələrin, yanıqların, yara və kəsiklərin üzərinə sürtün.

Daziotu çiçəyindən yağın hazırlanması. 1 xörək qaşığı təzə çiçəyindən götürüb 1 stəkan zeytun, günəbaxan və yaxud kətan yağına töküüb, 2 həftə saxlayıb, süzün. Aldığınız qırmızı rəngli yağı yaraların, çibanların, kəsiklərin üzərinə sürtün. Müalicəni zədələnmiş nahiyəniz sağalana qədər davam etdirin.

Daziotundan dəmləmənin hazırlanması. 2–4 xörək qaşığı daziotundan götürüb 2 litr suya töküüb 20 dəqiqə qaynadıb otaq temperaturunda soyudub süzün. Alınan ekstraktın yaraların və kəsiklərin yuyulub dezinfeksiya edilməsində istifadə edin.

Təbii şəraitdə yayılmış daziotunun hər hektar sahəsindən 0,1–15 sentner xammal əldə olunduğu halda, mədəni halda becərilmiş daziotundan ikinci il hər hektar sahədən 15–25, üçüncü ildə isə 30–40 sentner bitki xammalı tədarük etmək olar. Daziotunun çiçəklərindən spirtli içkilərin xoşiyli olmasında, «daziotu», «erofeiç» acımtıl içkilərin, müxtəlif balzamların hazırlanmasında geniş istifadə edilir.

Daziotunun tərkibində olan hiperçin pigment maddəsinin işıq şüalarına qarşı həssaslığa malik olması heyvan və insan orqanizmlərinin günəş şüasına olan həssaslığının kəskin sürətdə artmasına səbəb olur. Bu zaman xoşagəlməz hallar baş verir. Bunun qarşısını almaq üçün daziotu ekstraktlarından istifadə edilir.

Alman biokimyəçilərinin uzun müddət apardıqları tibbi eksperimentlər nəticəsində müəyyən edilmişdir ki, daziotundan alınan preparat depressiyaya tutulmuş xəstələri müvəffəqiyyətlə müalicə edir.

Daziotunun tərkibində müalicəvi təsirə malik boyaq maddələri aşkar edilmişdir. Bu maddələrlə biz yeyinti, xalçaçlıq, toxuculuq, rəssamlıq sahəsində, həmçinin uşaq oyuncaqlarını ekoloji cəhətdən təmiz boyalarla boyaya

bilərik. Biz istehsalat şəraitində aldığımız boyaq ekstraktının tərkibinə müxtəlif elementlərin duzlarını əlavə etməklə yun və ipək məmulatlarını sarı-qırmızı, narıncı, narıncı-qırmızı, narıncı-qəhvəyi, qəhvəyi-qırmızı, qəhvəyi-çəhrayı, qəhvəyi-boz, bozuntul, bozuntul-çəhrayı, qonuruntul, firuzəyi, şabalıdı-bozuntul, bozuntul-yaşıl, yaşıl, zeytunu, tütünü və s. rəng və çalarlara boyadıq.

Daziotundan alınan pigment maddələri ilə əzcaçılıq sənayesində dərman preparatlarını ekoloji cəhətdən zəhərsiz boyalara boyamaq olar.

Bənövşə — *Violaceae* fəsiləsi **Üçrəngli-bənövşə — *Viola tricolor***

Yer kürəsində bənövşə fəsiləsinin 2 cinsi və 900-ə qədər növü yayılmışdır. Bu növlərin əksəriyyəti ağac və ot bitkiləri olub əsasən tropik və subtropik ərazilərdə yayılmışdır. Bu 22 cinsin içərisində ən maraqlılarından biri də bənövşə hesab edilir. Bənövşə cinsinə aid olan növlərin içərisində dərman, boyaq, efir yağlı və bəzək üçün əhəmiyyətli bitkilərin sayı çoxdur. Bu növlərdən biri də üçrəngli bənövşə — *V. tricolor* hesab edilir. Bu bitkini insanlar çox sevirlər və əzizləyirlər. Bitki aprel aylarından payızın sonuna qədər çiçək açır. Bənövşənin bənövşəyi-mavi çiçəklərinin yuxarıda yerləşən ləçəkləri bənövşəyi, iki küncdə yerləşən ləçəkləri mavi, aşağı ləçəklərinin rəngləri isə ağımtıl-bənövşəyidir. Üçrəngli bənövşə haqqında çoxlu əfsanə və rəvayətlər dolaşır. Bu rəvayətlərdən birində deyilir:

«Gözəllik ilahəsi Afrodita hovuzda çimən zaman üç oğlanın ona tamaşa etdiyini görür. Gənclərə acığı tutan gözəllik ilahəsi Afrodita oğlanları üçrəngli bənövşəyə çevirir».

Bənövşəni ən çox qədim yunanlar çox sevirmişlər. Onlar ibadət xanələri, müxtəlif allahlara qoyulmuş heykəllərin ətraflarını bənövşə çiçəyi ilə bəzəyirmişlər. Hal-hazırda gənc oğlanlar Valentin günündə öz sevdikləri qızları bir dəstə bənövşə çiçəyi ilə təbrik edib sevindirirlər.

Bənövşənin çiçəklərinin tərkibində kompleks şəkildə toplanan maddələr, o cümlədən saponin birləşmələri bəlgəmgətirici və yumşaldıcı təsirə malikdirlər. Buna görə də onlardan bronxit, laringit və qastritdə istifadə edilir. Preparatların təsiri nəticəsində bronxit vəzlərinin sekresiyası artır və qatı bəlgəm yumşalıb asanlıqla orqanizmdən təmizlənir. Bənövşə dəri xəstəlikləri zamanı qanın təmizlənməsində daxilə qəbul edilir. Uşaqlara isə otundan hazırlanmış vannalarından qəbul edilməsi məsləhət görülür.

Xalq təbabətində bitkidən daha geniş istifadə edilir. Belə ki, bənövşənin preparatları bir sıra dəri xəstəliklərinin, eləcə də revmatizm, sarılıq, raxit, ağ ciyər xəstəliklərinin, podaqra, damar revmatizmlərinin, diatez, uşaq

iki gün oruc tutduqdan sonra günbatan zaman canavargiləsi kolundan 13 ədəd budaq kəsib, onları xırda hissələrə salaraq qurudun. Sonra onu döyüb toz halına salın, həmin tozu təmiz parçadan tikilmiş torbaya töküb, ona bozuntul rəngli ətirli ənbər qatın. 13 gün gecə-gündüz ürəyinizin üstündə gəzdirin. Sonra isə onu ürəyinizdə istədiyiniz adamın, balışının üzərinə səp-səniz, az bir müddət içərisində həyatınızda sizin xeyrinizə böyük dönüşün baş verdiyinin şahidi olacaqsınız. Məşhur botanik P.S.Pallas 1776-cı ildə «Rus dövlətinin müxtəlif vilayətlərinə səyahət» kitabında qeyd edir ki, sibir-lilər bu kol bitkisini «yaban bibər» adlandırırlar. Bitkinin meyvəsindən hazırladıqları şirədən öskürək və qurd əleyhinə istifadə edirlər. Kişilər toxum-larını narın toz halına salıb çay kimi dəmləyib içərək mədələrini möhkəm-ləndirirlər. Kökündən hazırlanmış acımlı tozdan diş ağrılarında sakitləşdirici vasitə kimi istifadə edilir. Sibir xalqları bu gün də bitkinin qabığından hazırladıqları məlhəmin köməyi ilə bütün damar ağrılarını, osteoxondroz, artrit, revmatizm, iflic və podagra müalicə edirlər.

Xalq təbabətində, eləcə də elmi təbabətdə xərçəng, mədə-bağırsaq, öskürək, vərəm, qızılça, sarılıq, dezinteriya və eləcə də bir neçə trombofle-bit xəstəliklərində bitkidən hazırlanan preparatlar tətbiq edilir.

Eyni zamanda boğaz, burun-qulaq, həzm yollarında və uşaqlıqda əmə-lə gələn şişlərin müalicəsində də istifadə edilir.

Canavargiləsindən cövhərin hazırlanması. 30 q quru qabıq hissəsindən götürüb 0,5 litr araqın içərisinə tökün, 2 həftə qaranlıq yerdə saxlayın. Alınmış sarımtıl rəngli mayedən 1 damcı götürüb 200 ml qaynadılmış ilıq su ilə qarşdırıb gündə 3 dəfə daxilə qəbul etmək məsləhət görünür. Prosesi 30 damcıya çatdırmaqla 30 gün davam etdirmək olar.

20–30 q canavargiləsi götürüb 100 ml suda dəmləyir, gündə 5 ml daxilə qəbul edərək epilepsiya xəstəliyini müalicə edirlər. Müalicə üsulu o qədər təsir göstərir ki, yatmış xəstəni belə tərpətib oyada bilmirsən. Bitki-dən alınan şirədən həşərat sancmalarında da istifadə edilir.

İydə — *Elaeagnaceae* fəsiləsi

Çaytikanı — «Sibir ananası» — *Hippophae rhamnoides*

Dünya florasının tərkibində iyde fəsiləsinin 3 cinsinə və 66-ya qədər növünə rast gəlmək olar. Bu növlər ağac və kol bitkiləri olub yer kürəsinin mülayim və subtropik iqlim zonalarında yayılmışdır. İydə fəsiləsinə aid olan növlərin əksəriyyəti qida, dərman, aşı, boyaq, nektar və bəzək bitkisi hesab edilir. Bu cinslər arasında xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində istifadə olunan çaytikanı növü xüsusi yer tutur.

Çaytikanı — *Hippophae rhamnoides* yunan sözü olub, botaniki adının mənası «*hipposat*, *phae*-parlaq, *rhaminos* — tikan, *eides* — növ» mənasını bildirir.

Bitkinin çiçək və giləmeyvəsinin saplaqları çox qısaadır. Budaqlarının hər tərəfindən sıx giləmeyvə ilə əhatə olunmasına görə ona çaytikanı «*oblepixa*» adı verilmişdir.

Hazırkı dövrə qədər botaniklər çaytikanı cinsinin 3 növə malk olduğunu qeyd edirlər.

Armudaoxşar çaytikanı — *H.rhamnoides*, söyüdyarpaq çaytikanı — *H.rh.solicefola* və Tibet çaytikanı — *H.rh.thibetana*.

Tibet çaytikanı 1869-cu ildə botanik Şlextendan tərəfindən, söyüdyarpaq çaytikanı isə 1825-ci ildə ingilis botaniki David Donom tərəfindən təsvir edilmişdir.

Bu növlər içərisində ən qiymətli isə adi çaytikanı hesab edilir.

Təcrübə sahəsində əkilib-becərilən çaytikanı bitkisi sanki zəngin bir «qızıl xəzinəsini» xatırladır. Bu qərribə bitki Rusiya ərazisində 200 ildən artıqdır ki, mədəni halda becərilir. Bu sirli və ecazkar bitkinin gözəl görünüşünə və nadir müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə «qızılb», «qızıl giləmeyvə», «qızıl bəhrə» xoş ekzotik ətrinə və iyinə görə «sibir ananası» adlandırırlar.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin bütün hissələrindən istifadə edilir.

Çaytikanı — *Hippophae rhamnoides* hündürlüyü 2–5 (10) m-ə çatan qol-budaqlı, tikanlı koldur. Lanset formalı, üst hissəsi tündə yaşıl, alt hissəsi isə gümüşü-ağ rəngli, gödək saplaqlı yarpaqları var. Aprel–may aylarında çiçəkləyir. Erkək çiçəkləri gümüşü-qonur, dişi çiçəkləri isə sarımtıl rəngdə olub, sünbül formasında düzölmüşdür. Sarı, qızılı-sarı və ya narıncı-qırmızı rəngli giləmeyvələri sentyabr–oktyabr aylarında yetişir. Girdə, oval və uzunsov formalı gilələri noxud boyda olur. Meyvəsinin dadı turşməzə, turşməzəşirin və ətirlidir. Çaytikanı kolları 3 və 4-cü ildən başlayaraq məhsul verir. 5–6 yaşlı kollardan orta hesabla 1–2 kq, sonrakı illərdə isə 5–8 kq məhsul alınır.

Çaytikanı yabani halda Orta Asiyada, Qafqazda, Şərqi və Qərbi Sibir-də, Altayda geniş yayılmışdır.

Azərbaycanda çaytikanına Samur çayı vadisində, Quba–Xaçmaz, Şəki–Zaqatala bölgələrində, Oğuz, Qəbələ, Balakən, Kəlbəcər, Ağdərə, Lənkəran rayonlarında, Naxçıvan MR-də dəniz səviyyəsindən 1900–2000 m hündürlükdə kolluqlar şəkilində təsadüf edilir. Bu bitki ən çox çay vadilərində, qumsal yerlərdə bitir.

Təəssüf ki, respublikamızda bu qiymətli bitkinin qorunub saxlanılmasına az qayğı göstərilir. Meşə təsərrüfatı idarələri, təbiəti mühafizə təşkilatları onun kütləvi surətdə qırılmasının qarşısını almaq üçün ciddi tədbirlər görməlidirlər.

dəki katexin birləşməsinini miqdarı meyvənin yetişmə dərəcəsiindən və ha-
va şəraitindən asılı olur. Ən çox katexin və leykoantosian birləşmələri Bur-
yatiyada bəzək məqsədilə əkilib-becərilən çaytikanı bitkisinin meyvəsindən
tapılmışdır. Həmin bitkidə 50–250 mq% katexin və leykoantosian olduğu
müəyyən olunmuşdur.

Filloxinon (K vitamin qrupu). Altay vilayətində yetişdirilən çaytikanı
meyvəsinin tərkibində 0,9–1,2 mq%, bəzi hallarda isə 15 mq%-ə qədər K
vitamin qrupları tapılmışdır. K vitamini qış vaxtlarında dondurulmuş çaytikanı
meyvələrində olduqca yaxşı qalaraq tərkibini itirmir.

Çaytikanının 100 q meyvəsində 8–18 mq%-ə qədər E vitamini (toko-
ferol) olduğu müəyyən edilmişdir ki, bu da sarı böyürtikəni çıxmaq şərtilə
indiyə qədər tanıdığımız bütün meyvə və giləmeyvələrdəkindən qat-qat
çoxdur.

Aşı maddəsi. Tanıdığımız meyvə və giləmeyvələrə nisbətən çaytikanı-
nın tərkibində aşı maddəsinin miqdarı çox-çox azdır.

**Cədvəl 3. Çaytikanının tərkibindəki aşı maddəsinin
başqa meyvələrlə müqayisəsi.**

Meyvələr	Aşı maddəsi, (%-lə)
Qara qarağat	0,33–0,42
Çaytikanı	0,06–0,25
Alma	0,10–0,25
Yer fındığı	0,12–0,17
Moruq	0,13–0,14

Dondurulmuş çaytikanı bitkisinin meyvəsində aşı maddəsi azalır, yox
dərəcəsinə gəlib çatır.

Mineral maddələr. Çaytikanı meyvələrinin tərkibində 15-ə qədər
mikroelement var. Bunlardan demir, manqan, maqnezium, alüminium, bor,
gümüş, silisium, xlor və s. göstərmək olar.

Buryat MR-in Pəmnik rayonunda yığılmış çaytikanı meyvəsinin tərkibi-
ndə 3,7±0,16 mq% mis, 16,5±1,6 mq% sink, 13,8±1,3 mq% manqan,
0,82±0,03 mq% kobalt olduğu müəyyən edilmişdir.

Kumarin. Bütün çaytikanı sort və formaları tərkibində kumarin mad-
dələri saxlayır.

Amin turşuları. Buryatiyadan toplanmış çaytikanı meyvəsinin tərkibi-
ndə amin turşularından 0,453% lizin, 0,33% histidin, 1,8% arginin, 1,55%
asparagin turşusu, 0,325% treonin, 0,597% serin, 2,24% qljutamin turşusu,

0,75% prolin, 0,65% qlisin, 0,828% alanin, 0,196% valin, 0,554% izoleysin, 1,073% leysin, 0,35% tronin, 0,587% fenilalanin və s. tapılmışdır.

Yağ. Sibirdə bitən çaytikanı meyvəsinin dondurulmuş lətli hissəsindən 8% yağ, toxumundan isə 12,13% yağ alınmışdır. Hər iki yağın tərkibi yağ xüsusiyyətinə cavab verib, bir-birlərindən rəng və tərkibcə fərqlənir. Meyvəsindən alınan yağın rəngi narıncı və yaxud qırmızı, toxumunun yağı isə zəif sarı rəngdə olur.

Toxumundan alınan yağ maye halında, sarı rəngli olub, heç bir dada və iyə malik deyil. Lət hissəsindən alınan yağ da maye halındadır, qırmızımtıl-qəhvəyi rənglidir, turş dada və xoş iyə malikdir. Qabığının yağı isə qatı halda, tünd-qəhvəyi rəngdə olub, zəif büzüşdürücü dadı və xoş iyi var.

Çaytikanının lətli hissəsindən alınan yağı iki il qapalı qabda saxladıqdan sonra tərkibini analiz etdikdə onda çoxlu miqdarda stearin, palmatin, liqnosedin, linuzin, araxin və s. yağ turşuları tapılmışdır.

Lət hissəsindən alınan yağla toxumundan alınan yağın fiziki və kimyəvi xüsusiyyətləri bir-birindən fərqlənir.

Çaytikanının lətli hissəsindən alınan yağın tərkibi karotinoidlərlə zəngin olduğu halda, toxumundan alınan yağda karotin olduqca azdır, karotinoidlər isə yoxdur. Lətdən alınmış yağın tərkibində 160 mq% vitamin E olduğu halda, toxumdan alınan yağda 120 mq% E vitamini var.

Çaytikanı meyvəsinin tərkibindəki yağın miqdarı genetik formadan, hava şəraitindən, meyvənin yetişmə dərəcəsindən, bir sözlə ekoloji amillərdən çox asılıdır.

Təbii şirə. Çaytikanı şirəsi təbii halda şəffaf, açıq-yaşılmtıl-sarı rəngdə, turş tamı, ananas iyli, ağırmtıl mayedir. Tərkibində 2,7% alma turşusu, 1,86% qlükoza, 0,55q fruktoza, 0,09 q pektin maddəsi, azot maddəsi, zülal və aşı maddələr var. 1 kq dondurulmuş çaytikanı meyvəsini preslə sıxdıqda 570–600 ml şirə alınır. Alınmış şirəni asbezt süzgecdən süzülür. Bu zaman yağ maddəsi süzgecdə qalır. Alınan şirə şəffaf, açıq sarı rəngdə olur, xoş iyə malikdir. Bunun tərkibində 2,41% şəkər, 2,74% turşu və 0,09% pektin maddəsi olur. Təzəcə alınmış şirənin tərkibində askorbin turşusu 500–600 mq%, donmuş meyvə şirəsinin tərkibində isə 145,5 mq% olur. Son texnologiya ilə 1 ton meyvədən 1875 litr şirə alınır. Alınmış şirəyə su və 15% dənəvərləşdirilmiş şəkər qatılır. Həmin şirənin tərkibində 30 mq% askorbin turşusu 200 mq% P vitamin qrupu, 24,8 mq% yağ, 56 mq% karotin, 200–300 mq% karotinoidlər, 100–160 mq% E vitamini, tərkibində 20% P vitamin qrupu olan 125 mq% pereparat və s. tapılmışdır. Çaytikanın şirəsinin turşuluğu yüksək olduğuna görə onu mədə şirəsi turşuluğu çox olan xəstələr qəbul edə bilmirlər.

Sıxılıb alınmış şirələri bir qaba yığıb, üzərinə şəkər əlavə edirlər. Sonra alınmış şirəni 10 dəqiqə müddətində 80° temperaturda 1,2–1,5 atmosfer

təzyiqində kip bağlanan qazanda sterilizə edirlər. Alınan şirə bulanır, sarı rəngli, turşa-şirin dada malik olur, çaytikanı meyvəsinin iyini xatırladır. Alınan mayenin sıxlığı 6%, turşuluğu alma turşusuna görə 1,2, xüsusi çəkisi 1,026, tərkibində 25% şəkər, 18% quru maddə, 30 mq/% askorbin turşusu olur. Alınan şirə 0+12° temperaturda 6 ay müddətində saxlanılır.

Çaytikanı meyvəsindən şirənin alınması. 100 q quru çaytikanı şirəsinin tərkibində 52,2 q piy və lipid, 11,7 q zülal, 14,5 q alma turşusu və 1,6 q başqa quru maddələr tapılmışdır. Altay tibb institutunun biokimya kafedrasının əməkdaşları İ.İ.Matusis və başqaları 1957-ci ildə vakkum aparatında çaytikanı şirəsini 100–200 mm təzyiqdə 60–80° temperaturda qatılaşdırmışlar. Qatılaşdırmanı 4–6 dəfə təkrar etdikdən sonra şirənin tərkibində olan 713–779 mq% askorbin turşusunun miqdarı azalaraq 201–224 mq%-ə enmişdir. Qatılaşdırılmış şirənin tərkibi C vitamini, həmçinin turşularla, dadlı və xoş ətirli maddələrlə zəngin olur. Ondan müxtəlif içki növləri, kisel və bir çox qida məhsulları hazırlayırlar.

Çaytikanı meyvəsindən quru şirənin alınması. Çaytikanı şirəsinin tərkibi bioloji aktiv maddələrlə zəngin olub, orqanizmi qüvvətləndirir, iştah gətirir, maddələr mübadiləsini normal vəziyyətə salır. Lakin onun uzun müddət saxlanması və daşınması çətindir. Bunun üçün alimlər çalışmışdırlar ki, şirəni quru toz halına salsınlar.

Çaytikanı şirəsini süzgəcdən keçirdikdən sonra onu 45–50° temperaturda termostatda qurudurlar. Bu zaman 10,4% quru şirə alınır. Bu quru şirə tünd-qonur rəngdə olur. Amorfşəkilli, turştəhər, acı dada malik PH-ı 1%-li sulu məhlulda 1,375 olan tozdur. Suda yaxşı, isitdikdə isə pis həll olunur. Sulu məhlulda turşuluq dərəcəsi 12,2-dir. Şüşə qablarda saxlanması məsləhət görülür.

Cecə. Çaytikanı meyvəsinin yağını aldıqdan sonra 20%-ə qədər cecə halında tullantı əmələ gəlir. Bu cecə sarı-qəhvəyi rəngdədir. Əl ilə yoxladıqda amorf şəkilli yağlı toz olduğu hiss edilir. Suda gec həll olunur. Az halda spitdə, efridə, xloroformda və yağda həll olur.

Təzə cecənin tərkibində 1,14 % fosfor, 0,2 % kalsium, 18,34 % protein, 12,36 % piy, 12,0 tanin, 12,65 % selküloza, 1,96 % kül, 64,67 % azotsuz ekstraktiv maddələr var. Cecəni bir il saxladıqdan sonra onun tərkibində olan maddələrin miqdarı, o cümlədən karotin 3 dəfə, piy 4,48 % və s. azalır.

Cecə 30 kq-liq kağız kisələrə doldurulub dövlət tərəfindən satışa göndərilir. Quru anbarlarda saxlanma müddəti 6 aya qədərdir.

Çaytikanı cövhəri. Çaytikanı meyvəsindən cövhər aşağıdakı üsulla alınır. Doğranıb xırdalanmış meyvəni süzgəcdən süzüb, xloroform və yaxud 1:3 nisbətində efir (1 hissə meyvəyə 3 hissə xloroform və yaxud efir) əlavə edilir. Cövhəri otaq temperaturunda ağzı kip bağlanan qabda 7 gün saxlayırlar. Sonra onu süzgəcdən keçirib, termostatda 45–50° temperaturda buxar-

landırılır. Xloroform və yaxud efir 37–38° temperaturda buxarlanıb yox olur. Alınmış cövhəri xloroform və efir iyi çıxıb qurtarana qədər vakkum-sanosda qovurlar.

Birinci çıxarışda ekstraktla birlikdə suda həll olmayan maddələr qalır. Sonra bunları bir-birilə qatışdırılır. Axırncı mərhələdə alınan cövhər tünd-qəhvəyi rəngdə özlü maye olub, balı xatırladır, özünəməxsus zəif iyi, yağtəhər-turş xoş dadı var. Açıq havada çox gec (8–10 günə) quruyur. Yaxşı kip bağlanmış qabda bir ilə qədər qalır. Onun tərkibində 10,4% quru maddə, 3,2% efir maddəsi, 13,6% ümumi maddə olur. Cövhərin xüsusi çəkisi 1,43%, turşuluq vahidi 6,61-dir. Suda 84,6%, efrdə 76%, xloroformda 72%, spirdə isə 62,4% həll olur.

Çaytikanı meyvəsindən cövhərin alınması. Əzilib doğranmış çaytikanı meyvəsindən cövhər 95%-li spirtə 1:1 nisbətində ekstraksiya edilərək alınır. Alınan cövhər süzgəcdən süzülür. Cövhərin rəngi şəffaf açıq-sarı, tərkibində isə 43,8–47%-ə qədər spirt, 46,2–58%-ə qədər su olur.

Ağzı möhkəm bağlanmış şüşə qablarda soyuq yerdə saxlanılır. İstifadə olunan zaman 1:2 və ya 1:3 nisbətində su əlavə edilir.

Çaytikanı yağından alınan qatı kütlə. Süzgəcdən süzüb çaytikanı yağını aldıqdan sonra, yerdə qatı kütlə qalır. Bu qatı kütlə vazelin şəkilli, açıq-sarı rəngdə olub, 106 mq% karotinoidlərdən, 8,4% karotindən, 6,2% sellülozadan, 93,5% qliserid və fosfolinid maddələrdən və s. ibarətdir.

Yarpaq, budaq və kök hissələri. Çaytikanının yarpaq və cavan budaqları aşı maddələri ilə zəngindir. Həmin hissələrin tərkibində 10 %-ə qədər aşı maddəsi tapılmışdır. Ona görə də çaytikanından aşı boyaq xammalı kimi də istifadə etmək olar. Çaytikanı yarpağının tərkibindəki aşı maddəsi təmiz qallatin hesab edilir.

Buryatiyada bitən çaytikanının kök hissəsindən sulu karbonlar, leykoantosianid, katexin, flavonoid birləşmələri, ətirli və yağ turşuları, antroxinon tərkibli boyaq maddələri, P vitamini və s. alınmışdır.

Çaytikanının yeyinti əhəmiyyəti. Hələ XVII əsrdə Sibir xalqları çaytikanı meyvəsindən qida kimi istifadə etmişlər.

XIX əsrdə Şərqi Sibir və Baykalətrafi xalqlar yarı donmuş çaytikanı meyvələrindən qida kimi istifadə etməyə başladılar. Turşuluğunu azaltmaq üçün tərkibinə şəkər əlavə edirdilər. Bitkidən ətirli mürəbbə, kisel və şirniyyat məmulatları və s. hazırlayırdılar. Bundan başqa, onun meyvəsindən iyinə və dadına görə ananası xatırladan müxtəlif ətirli çaxır növləri, ətirli spirtli içkilər hazırlanaraq Şərqi Sibirdə geniş istifadə olunmuşdur. Mütəxəssislərin fikrinə görə, çaytikanı meyvəsindən hazırlanan çaxırlar Macarıstan çaxırlarının xüsusiyyətlərini özlərində saxlayırlar.

Birinci Dünya Müharibəsi dövründə çaytikanı meyvəsindən hazırlanan likörləri müxtəlif meyvələrlə dəyişirdilər. Tunkin qalası xalqları XIX

əsrin ortalarında hər il 500–800 vedrəyə qədər çaytikanı meyvəsi toplayıb Qerkuşski vilayətində satmışlar. XIX əsrin axırları və XX əsrin əvvəllərinə kimi Uryanxay vilayətindən çaytikanı meyvəsini toplayıb Yenisey çayı ətrafında yaşayan əhaliyə satar, əvəzinə dəri, yun, duz, balıq, çəllək, sidr ağacının tozunu almışlar. Monqol xalqı isə çaytikanı meyvəsini ət-süd məhsullarına qataraq müxtəlif qida növləri hazırlayırlar.

Əvvəllər çaytikanı meyvəsindən sənaye məqsədləri üçün çox az istifadə edilirdi. Lakin 1943–1944-cü illərdə çaytikanı meyvəsindən yağ alındıqdan sonra ona maraq daha çox artmışdır.

Hazırda isə çaytikanı meyvəsindən alınan yağ qiymətli müalicəvi təsiri, vitaminlərlə zəngin olduğu nəzərə alınub, sənaye məqsədləri üçün onun geniş bağları salınmışdır.

Alimlərin apardıqları elmi-tədqiqat işləri zamanı müəyyən edilmişdir ki, Sibirdə və onun ətraf rayonlarında bitən çaytikanı meyvəsi həm iri olur, həm də tərkibində yağın və vitaminlərin miqdarı, keyfiyyəti yüksəkdir.

Altay meyvə və giləmeyvə təcrübə stansiyasının laboratoriyasında həmin ərazidə bitən çaytikanının ayrı-ayrı formalarının meyvələrindən müxtəlif cəm, sirop və mürəbbə hazırlayıb istehsalat sınaqları keçirmişlər. Bunlar xoş ətirli iyə malik olub, öz rəng və keyfiyyətlərini, itirmədən qalmışlar.

Bişirilmə üsulu ilə hazırlanan çaytikanı pavidlasının tərkibində 34 mq% askorbin turşusu, 28 mq% cəm, 4 ay keçdikdən sonra 50%-ə qədər C vitamini qalır.

Soyuq mürəbbəsinə hazırlayarkən bitkini toplayır, budaqlardan ayırır, əl ələyindən keçirib, 1 kq çaytikanı şirəsinə 2 kq şəkər qarışdırırlar. Alınan mürəbbənin ətirli iyi, turşasının dadı olur. Belə mürəbbəni bir müddət saxladıqdan sonra o iki hissəyə ayrılır. Yuxarı hissəyə narıncı rəngli yağ, aşağı hissəyə isə sarı rəngli sirop yığılır.

Hər iki qatışıq bir-birindən asanlıqla ayrılır. Alınan mürəbbənin tərkibində 70–72% şəkər olduğundan o öz tərkibini dəyişmədən uzun müddət qalır.

Çaytikanı meyvəsi sirkə və limon əvəzinə giləmeyvələrdən alınan şirələrin vitaminləşdirilməsi məqsədilə meyvə, tərəvəz və konserv məhsullarının, eyni zamanda marmelad və dərman preparatlarının tərkibinə əlavə edilir.

Çaytikanı meyvəsindən hazırlanan şirə sərinləşdirici xüsusiyyətə malikdir və orqanizmin fəaliyyətini nizama salır. Bundan çaytikanı balı da hazırlayırlar. Aparılan elmi-tədqiqat işləri nəticəsində məlum olmuşdur ki, 1 hektar çaytikanı əkilən sahədən 50 sentnerə qədər meyvə toplamaq mümkündür. Bu qədər məhsuldan isə 522 kq yağ almaq olur.

Çaytikanının xalq təsərrüfatı əhəmiyyəti. Meyvələrinin xoşagəlmən sarı-narıncı, narıncı, narıncı-qırmızı rəng çalarlarına görə ondan bəzək məq-

sədilə bağ və bağçaların, parkların bəzədilməsində istifadə olunur. Sibirdə yaşayan türk xalqları çaytikanından çox-çox qədimlərdən istifadə etmişlər.

Oduncağı çox qiymətli xammaldır. Ondan müxtəlif bəzək şeyləri hazırlanır. Zoğ hissəsindən isə potaş alınır. Yabani halda geniş yayılan çaytikanı bitkisinin meyvələri ilə vəhşi quşlar və heyvanlardan dovşan, sincab, tülkü, ayı və s. qidalanırlar.

Quş və heyvanlar onun meyvəsini yeməklə yanaşı, həm də müalicə olunurlar. Hərgah quşların qanadlarında yara və qaşınma kimi xəstəliklər olarsa, onlar qanadlarını çaytikanı meyvələrinə sürtürlər.

Çaytikanının müalicə əhəmiyyəti. Çaytikanından hələ eramızdan çox-çox əvvəllər dərman bitkisi kimi geniş surətdə bir sıra xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilmişdir. Qədim Yunanıstanın, İtaliyanın, Çinin, Tuvanın, Monqolustanın xalq təbabətlərində çaytikanı meyvəsi ilə ağciyər, qaraciyər, mədə-bağırsaq, oynaq və s. xəstəlikləri müalicə etmişlər.

Sibirlilər çaytikanı meyvəsindən dərman hazırlayıb qarın yatalağı xəstəliklərini sağaltmışlar. Toxumlarından işlətmə, meyvəsindən alınmış cövhərdən dəri xəstəlikləri, yarpaq və çiçəklərindən hazırlanan cövhərdən isə revmatizm əleyhinə istifadə olunmuşdur.

Altayda, Tuvada, Buryatıyada və Sibirin başqa rayonlarında çaytikanı yayılan sahələrdə yaşayan əhali yaxşı bilir ki, çaytikanı meyvəsi və ondan hazırlanan şirə öz ətirli dadına və əla keyfiyyətinə görə yaxşı müalicəvi xüsusiyyətlərə malikdir. Ona görə də bu xalqlar çaytikanı şirəsindən mədə-bağırsaq xəstəliklərində və qankəsici vasitə kimi istifadə etmişlər.

Tibet təbabətində çaytikanı meyvəsindən geniş surətdə istifadə olunmuşdur. Meyvədən hazırlanan şirə və yağdan dəridə baş verən yanıqların və eləcə də mədədə təzə əmələ gələn xərçəngin müalicəsində geniş istifadə etmişlər.

Qərbi Pamirdə bunun çiçəklərindən ən çox üz və əl dərisinin yumşaldılmasında istifadə olunmuşdur.

Çaytikanı meyvəsindən hazırlanan preparatları başqa dərman preparatları ilə qarışdırıb, ağciyər, mədə-bağırsaq xəstəliklərində, qanazlıqda istifadə edirlər. Bütün qədim ədəbiyyatlarda göstərilir ki, meyvədən hazırlanan preparatlarla ağciyər vərəmi zamanı yaranan irinləri və yaraları müalicə etmək olur. Bundan başqa, onunla qan dövranını nizama salır, boğaz ağrılarını və bir sıra xəstəlikləri sağaldırlarmış.

Bizim dövrümüzdə də çaytikanı meyvəsinin yağını tibbdə sınaqdan keçirməyə başlamışlar. Çaytikanı yağının bakterisid xüsusiyyətlərini öyrənərkən belə nəticəyə gəlmişlər ki, bunun yağı qızılı stafiloqoji hemosit, streptokokk, tif, paratif, qarın yatalağı mikroblarını, bağırsaq çöplərini və bir sıra mikrob və bakteriyaları məhv etmə xüsusiyyətinə malikdir.

Çaytikanı yağı ilə qadınlarda uşaqlığın boğaz nahiyəsində əmələ gələn yaraları müalicə etmişlər. Çaytikanı yağı zəhərsiz olduğundan müalicə zamanı heç bir qıcıqlandırıcı təsir etmir. Çaytikanı yağından emulsiya hazırlayıb dəri altına vuraraq orqanizmdə əmələ gələn zəifliyi, süstlüyü aradan qaldırırlar.

Bitkinin yağı 2-ci dərəcəli yanıqlarda, traxoma, gözün buynuz təbəqəsinin iltihabı, göz qapağı selikli qişasının iltihabı kimi bir çox xəstəliklərdə işlədilir.

Mədə və onikibarmaq bağırsaqlarda əmələ gələn yaraların çaytikanı yağı ilə müalicəsində də müsbət nəticələr əldə edilmişdir. Belə xəstələrə gündə üç dəfə çay qaşığı ilə çaytikanı yağı verilir. Bu cür müalicə üsulu 17 və 34 gün davam edir. Çaytikanı yağının orqanizmdə bərpəedici təsirini öyrənərkən də müsbət nəticələr alınmışdır. Gözün buynuzlu qişasında aparılan cərrahiyyə əməliyyatında yaranın üzərinə yağ sürülməsi onun yağ sürülməyən yaraya nisbətən 3 gün tez sağalmasına səbəb olmuşdur.

Çaytikanı yağının bərpəedici xüsusiyyətləri gözünün buynuzlu qişası pozulmuş ev dovşanı üzərində aparılan təcrübələrlə öyrənilmiş və müsbət nəticələr əldə edilmişdir. Belə ki, bir müddət keçəndən sonra evdoşanın gözünün buynuzlu qişası bərpa olunmuşdur.

Çaytikanı yağı ilə burun boşluğunun selikli qişasının iltihabı da müvəffəqiyyətlə müalicə edilir.

Həmçinin dəridə əmələ gələn şüa xəstəliklərini və arteroskleroz xəstəliyini sağaldırlar.

Bir sözlə, çaytikanı yağı orqanizmdə əmələ gələn müxtəlif yaraların, bağırsaq iltihablarının, qan azlığının və s. xəstəliklərin müalicəsində çox qiymətli dərmandır.

Keçmişdə yunanlar müqəddəs sayılan at xəstələndikdə, çaytikanının cavan zoğları və yarpaqları ilə müalicə edərmişlər. Belə ki, xəstə at çaytikanının zoğları və yarpaqları ilə yemləndikdən bir az sonra onun tükləri pariltılı işiltılı bir görkəm alır və tezliklə sağalır. Rəvayətə görə çaytikanının yunanca adı da buradan əmələ gəlmişdir. *Hippophae* — *Hippos* — at, *phae* — parıldamaq, işildamaq deməkdir.

Göründüyü kimi, hələ qədim zamanlardan insanların çaytikanı ilə yaxından maraqlanması nəticəsində müəyyən edilmişdir ki, bu bitkinin çiçəkləri, meyvələri, yarpaqları, cavan zoğları, oduncağı, kökü və s. xalq təsərrüfatının bir çox sahələrində istifadə olunmuş və hal-hazırda bu istifadə daha geniş miqyas almışdır.

Çaytikanı oduncağının külündə çoxlu potaş, yarpaqlarında isə 10%-ə qədər aşı maddəsi olduğu aşkar olunmuşdur.

Balın insan həyatında xeyiri qədim zamanlardan hamıya məlumdur. Ancaq onun gözəl ətirli tərkibə daha keyfiyyətli olması həmin balın hansı

bitkilərdən çəkilməsindən bilavasitə asılı olur. Ondan alınan bal şəffaflığına ətrinə, keyfiyyətinə görə çox yüksək üstünlüyə malik olur.

Çaytakanı uzunömürlüdür. 80 ilə qədər yaşayır, oduncağı sarı rəngdə, nazik təbəqəli, çox möhkəm və davamlıdır.

Biz isə çaytakanının soğan, zoğ, yarpaq, oduncaq və meyvələrindən boya ekstraktı hazırlayıb yun, ipək və pambıq məmulatlarını sarı, sarı-narın-cı, narıncı, qızılı-sarı, yaşımtil, zeytunu, tütünü, tütünü-yaşıl, bozumtul, açıq-qəhvəyi, tünd qəhvəyi, şabalıdı, qaramtil, kərpici və s. rəng və çalarlarla boyadıq.

Respublikamızda ilk dəfə olaraq Azərbaycan MEA-nın qeyri-üzvi və fiziki-kimyə institutunun nəzdində fəaliyyət göstərən «Xüsusi konstruktor» bürosunun direktoru k.e.n. Qəhrəman Həsənovun rəhbərliyi, mənim rəhbərlik etdiyim 6 laboratoriyanın alim, mühəndis və texniki işçilərinin yaxından köməkliyi nəticəsində çaytakanı meyvəsindən ildə istehsal gücü 500 ton olan ekstrakt və yağ məhsulu istehsal edən zavodun layihə texniki sənədləri hazırlanıb müvafiq təşkilatlara təhvil verilmişdir.

Çaytakanının yarpaq və kök hissəsindən hazırlanan dəmləmə cövhərlərdən zəhərlənmə, angina, stomatit və gingivit vaxtı, podaqra və revmatizmde istifadə edilir. «Qızıl xəzinəsi» hesab edilən çaytakanının müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında çoxlu əfsanələr, fərziyyələr də mövcuddur. Onun bütün hissələrində, o cümlədən də giləmeyvəsində insan orqanizmi üçün vacib sayılan çoxlu miqdarda qiymətli makro və mikroelementlər tapılmışdır.

Giləmeyvəsindən alman şirəsi həzm prosesini stimullaşdırır, qanda xolesterinin miqdarını aşağı salır. O, toyuq korluğunda, kataraktın müalicəsində, qəbizlikdə, hipertoniya, ürəyin işemik xəstəliklərində, avitaminozda yaxşı təsir göstərir.

Diqqət! Çaytakanının təzə meyvələri mədə yarası və sidik kisəsi xəstəliklərində əks təsire malikdir, yəni bu xəstəlikdən əziyyət çəkənlərə istifadə etmək olmaz.

Çaytakanından müalicə preparatlarının hazırlanması.

Revmatizm, artrit, podaqra zamanı. Xırdalanmış yarpaqların üzərinə 2 stəkan qaynar su töküb 5 dəqiqə müddətində qaynadın. Süzdükdən sonra gündə 3-4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl qəbul edin.

Oynaqlarda ağrı zamanı. Spirtili cövhərdən ovuşdurmaq, massaj məqsədilə istifadə edə bilərsiniz. Bunun üçün 5 xörək qaşığı xırdalanmış təzə yarpaqlarını butilkaya töküb, üzərinə 0,5 litr araq əlavə edib, qaranlıq yerdə 10 gün saxladıqdan sonra süzün. Alınmış məhlulu axşamlar oynaqlara sürtükdən sonra üstündün yumşaq yun parça ilə bağlayın. Ağrıyan nahiyələri yarpaqlardan hazırlanmış tünd qatı məhlulla ovuşdurmaq olar. Bunun üçün

yarpaqlardan müəyyən miqdarda götürüb qazana tökün. Üzərinə azacıq su əlavə edib (su yarpaqları örtənədək) vaxt odda 10 dəqiqə qaynadın, süzüb isti halda ağrıyan nahiyələrə gecələr yatmadan əvvəl sürtün.

Angina, gingivit, stomatit zamanı. 1 xörək qaşığı xırdalanmış yarpaqların üzərinə 1 stəkan qaynar su töküüb 10 dəqiqə qaynadın. Süzdükdən sonra boğaz və ağızınızı gündə 6 dəfə bu məhlulla yaxalayın.

Diareyya zamanı. Çaytikanının qurudulmuş və xırdalanmış yarpaqları və budaqlarının üzərinə soyuq su töküüb, odda 5 dəqiqə qaynadın. Bir saat saxlayıb süzün və bir dəfəyə daxilə qəbul edin.

Çaytikanı yağının canlandırma qüvvəsi. Çaytikanının ən qiymətli hissəsi onun meyvəsindən hazırlanan yağıdır. Bunun yağını heç bir bitkidən alınan yağla əvəz etmək olmaz. Bu çətin sağalan yaraların, yanıqların, don vurmağın, süa zədələnmələrinin, trofik yaraların, ekzemaların müalicəsində geniş istifadə edilir.

Mədə və onikibarmaq bağırsağın xəstəlikləri zamanı. Çay qaşığının 1/2 hissəsi qədər çaytikanı yağından götürüb gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Uşaqlıq yollarının və eləcə də kolitin müalicəvi zamanı. Pambıq tamponu yağla isladıb uşaqlıq yoluna yetirmək lazımdır. Yaxşı olar ki, əməliyyatı hər gün axşamlar yerinə yetirəsiniz. Müalicə müddəti 10–12 gündür.

Avitaminoz, anemiya zamanı. 3 xörək qaşığı çaytikanı şirəsi, 1/2 stəkan nanə dəmləmsi, 1 xörək qaşığı bal və isti qaynar su götürün. Bütün komponentləri ehtiyatla bir-birilə qarışdırın, qapaqla ağızınızı örtüb 2 saat soyuducuda saxlayın. Aldığınız çaytikanı-nanə içkisindən gündə 2 dəfə səhər və günorta yeməyinə 1 saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10–14 gündür.

Dəriddə baş verən allergiyanın müalicəsində. 1 xörək qaşığı təzə çaytikanı giləmeyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun, 7–10 dəqiqə bişirin və 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız isti cövhərdən stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə yeməkqabağı qəbul edin. Sonra aldığınız ekstraktan tənziyə hopdurub hər 3 saatdan bir xəstə nahiyəyə qoyub 10–15 dəqiqə saxlayın. Müalicə kursu 7–10 gündür.

Maddələr mübadiləsi pozuntularında, şəkərli diabet zamanı. Köməkçi vasitə kimi 3 xörək qaşığı qurudulmuş itburnu meyvəsi götürüb termosə tökün və üzərinə 5 stəkan qaynar su əlavə edib yarım saat dəmləyib süzün. Aldığınız cövhərin üzərinə 4 xörək qaşığı çaytikanı şirəsi, 3 xörək qaşığı bal əlavə edib ehtiyatla qarışdırın. Ekstraktan gündə 2–3 dəfə yeməkqabağı stəkanın 2/3 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 3 həftədir.

Uzun sürən xəstəlik və əsəb gərginliyi zamanı. 3 ədəd turş alma götürüb süzgəncdən keçirir. Aldığınız sıyığın tərkibinə 3 stəkan qaynar su əlavə edib 1 saat dəmləyib süzün. Dəmləmənin tərkibinə 2 xörək qaşığı kök

və çaytikanı şirəsi əlavə edin. İçkidən 2–3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 7–10 gündür.

Maqnit burulğanı zamanı qan təzyiqində vəş verən nasazlıqların aradan qaldırılması zamanı. Qan təzyiqi yüksək olan zaman hər 1 kq çəkiniz üçün gündə 2–3 dəfə 1 q olmaqla çaytikanı şirəsi, aşağı olan zaman isə 2 q–1 kq çəki hesabı ilə qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Ummuniteti möhkəmləndirmək məqsədilə. Hər gün 3–4 dəfə yeməkdən sonra 1 xörək qaşığı çaytikanı yağı qəbul edin. Müalicə kursu 1–2 gündür.

Uşaqlarda baş verən adenoidin müalicəsi zamanı. Əlavə vasitə kimi 3 xörək qaşığı çaytikanı yağı, 1 xörək qaşığı təzə soğan şirəsi, 2 xörək qaşığı zeytun yağı, 1 xörək qaşığı maya, bal götürün. Bütün komponentləri ehtiyatla bir-birilə qarışdırın. Pambığı eşib çox da nazik olmayan sapaoxşar vəziyyətə salın və aldığınız məhlul ilə isladıb burun dəliklərinə qoyub 20 dəqiqə saxlayın. Əməliyyatı gündə 1–2 dəfə təkrar edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Uzun müddət sağalmayan yaraları müalicə etmək üçün. Pipetkanı çaytikanı yağı ilə doldurub xəstə nahiyəyə yeridib tənzip və yaxud salfetka ilə örtüb sarıyın. Sarğını gündə bir dəfə dəyişin.

Təzə çaytikanı meyvəsini əzib sıyıq halına salıb 5:1 nisbətində bitki yağı ilə qarışdırın, aldığınız sıyıqdan sterilizə edilmiş tənzipin üzərinə yaxıb xəstə olan nahiyəyə qoyub sarğı ilə sarıyın. Əməliyyatı axşamlar 1 dəfə aparın. Müalicə kursu tam sağalana qədərdir.

Diqqət! Çaytikanı yağı və onun preparatları ilə müalicəni, ancaq həkim nəzarəti altında həyata keçirmək lazımdır. Bu yağı kəskin xolesistit, hepatit, pankreatit və mədə pozuntuları (ishal) zamanı qəbul etmək olmaz.

Ev şəraitində çaytikanı yağını aşağıdakı üsullarla hazırlamaq olar:

1. Təzə dərilib təmizlənmiş çaytikanı giləmeyvəsini ət və yaxud mətbəx kombayınından keçirib xırda hissələrə salın. Alınmış şirəni tənzipdən süzüb keramik və yaxud ağzi enli şüşə qablara doldurun. Bir gündən sonra ehtiyatla qabın üzərinə çıxmış yağı taxta qaşıqla götürüb başqa bir qaba yığın. Yerdə qalmış tullantuların üzərinə 1:10 nisbətində qaynadılmış soyuq su əlavə edib 2–3 gün saxladıqdan sonra yenidən qabın üzərində olan yağı ehtiyatla götürüb qaba tökün.

2. Əzilmiş giləmeyvənin üzərinə 1:10 nisbətində su, stəkanın 1/2 hissəsi qədər şəkər tozu, 1 xörək qaşığı maya əlavə edib 40–50⁰ temperatur şəraitində 3 gün saxlayın. Nə vaxt ki, yağ qabın üzərinə çıxıb qurtardı, onda taxta qaşıqla ehtiyatla yığıb götürün.

3. Giləmeyvənin sıxıb şirəsini çıxardıqdan sonra yerdə qalan qabıq və dənələrini (toxumlarını) qurudub xırda hissələrə salıb termosə töküün və 60° temperaturda qızdırılmış zeytun yağı və yaxud təmizlənmiş günəbaxan yağını 1:1 nisbətində əlavə edin. 3 gün saxlayın. Sonra hazır olmuş yağı tünd şüşə butikalara doldurub soyuducuda saxlayın. Aldığımız yağı saxlama müddəti 2 ildir.

Çaytikanından müalicəvi qida məhsullarının hazırlanması.

Şirə — «**Gənclik vitamini**». Təzə sıxılıb çıxarılmış çaytikanı şirəsini emal qazana töküüb, zəif od üzərinə qoyun və üzərinə şəkər tozu əlavə edib (1 litr şirəyə — 300 q şəkər tozu əlavə edin), onun tam həll olması üçün tələsməyin. Sonra qaynama dərəcəsinə gətirin (ancaq qaynatmamaq şərtilə). Şirəni sterilizə edilmiş bankaya doldurub ağzını möhkəm bağlayın. Aldığınız şirədən mors və kisel hazırlanmasında istifadə edin.

Çaytikanının şəkər tozu ilə qarışığını — «**sağlamlıq nektarının**» hazırlanması. Giləmeyvəni yuyub, təmiz emal qaba töküüb üzərinə giləmeyvənin çəkisi qədər şəkər tozu səpin. Sonra qarışığı yarım litrlik bankaya töküüb, perqament kağızına büküb soyuq qaranlıq yerdə saxlayıb yeri gəldikcə istifadə edin.

Kərə yağı ilə çaytikanı qarışığının — «**təbiətin gücü**»nün hazırlanması. 500 q kərə yağı, 1 stəkan şəkər tozu və 5 xörək qaşığı doğranmış təzə çaytikanı giləmeyvəsini götürün. Komponentləri bir-biriləri ilə narıncı rəngli kütlə alınana qədər qarışdırın. Qarışığı təmiz şüşə bankaya doldurub, ağzını bağlayıb 3–4 ay soyuducuda saxlayın.

Jelenin — «**həyat enerjisi**»nin hazırlanması. Çaytikanı şirəsini ətli hissəsi ilə birlikdə zəif od üzərinə qoyub qızdırın və 1 litr şirəyə 850 q şəkər tozu əlavə edib, güclü yanan od üzərinə qoyub 20–30 dəqiqə bişirin. Jeleni isti halda bankaya töküüb, ağzını bağlayın.

«Bodrost» kokteyli. Stəkanın 1/2 hissəsi qədər çaytikanı şirəsi, 4 çay qaşığı kakao tozu, 5 çay qaşığı şəkər tozu, 2 stəkan süd, 2 paket vanelli şəkər götürün. Kakao ilə şəkər tozu və vanelli şəkərin üzərinə süd, çaytikanı şirəsi qatıb mikserlə qarışdırın. Sonra soyuq halda süfrəyə verin.

Çaytikanından kvasın hazırlanması. 5 litr su, 1,5 qram çaytikanı cecəsi, 1 stəkan bal və 10q maya götürün. Çaytikanını isti suya töküüb, çox da güclü olmayan odun üzərinə qoyub 10–15 dəqiqə bişirin. Sonra soyudun və süzüb bal, maya əlavə edib isti yerə qoyub 8–12 saat saxlayın. Hazır kvası soyuducuda saxlayıb yeri gəldikcə istifadə edin.

Çaytikanından kosmetik məmulatların hazırlanması.

Həssas dəri üçün losyonun hazırlanması. 2 xörək qaşığı çaytikanı şirəsi, 3 xörək qaşığı isti su və 1 çay qaşığı çaytikanı yağı götürün. Bütün komponentləri bir-birilə ehtiyatla qarışdırın. Alınmış losyon ilə gündə 2 dəfə sifətinizi silin (səhər, axşam).

Bədən üçün çaytikanı balzamu. Yumurtanı sındırıb, ehtiyatla stəkanda olan təzə gavalının üzərinə töküüb, stəkanın 1/2 hissəsi qədər araq və 1 çay qaşığı çaytikanı yağını da buraya əlavə edin. Komponentləri qarışdırıb, butilkaya töküüb ağzını bağlayın və soyuducuda saxlayın. Aldığınız balzamdən yatmağa az qalmış istifadə edin.

Quru normal dəri üçün ağardıcı maska. Stəkanın 1/3-i həcmində bişirilmiş paxladan götürüb süzgəcdən keçirin. Aldığınız pürenin üzərinə təzə limondan alınmış şirə və 1 çay qaşığı çaytikanı yağı əlavə edin. Qatışıqdan isti halda təmizlənmiş sifətinizin dərisinə, boğaz və sinə nahiyənizə yaxın. 15–20 dəqiqədən sonra maskanı ilıq su ilə yuyub-təmizləyin. Əməliyyatı həftədə 2–3 dəfə təkrar edin.

Qırıqlar üçün vitaminli kremi hazırlanması. Bərabər miqdarda çaytikanı və kök şirəsi, qatıq, düyü və yaxud vələmir unu götürün. Bütün komponentləri ehtiyatla qarışdırın. Aldığınız qarışıqdan götürüb təmizlənmiş sifətinizin dərisinə sürüb 20–25 dəqiqədən sonra isti su ilə yuyun. Həftədə 2–3 dəfə yatmağa az qalmış əməliyyatı təkrar edin. Müalicə kursu 18–20 gündür.

Çivzələr üçün çaytikanıdan kremi hazırlanması. Stəkanın 1/4 hissəsi qədər təzə dərilmiş itburnu və yaxud qızılgül ləçəklərindən götürüb həvəngdəstədə əzin, 1 xörək qaşığı əzilmiş bal arısı mumu, 3 xörək qaşığı yumşaq marqarin, 1 çay qaşığı çaytikanı yağı götürün. Sonra götürdüyünüz komponentləri yaxşı-yaxşı qarışdırın. Dərinizi qabaqcadan spirtli losyonla təmizləyib sonra pambıqdan düzəldilmiş çubuqla aldığımız kremdən götürüb çivzə və sızanaqların üzərinə ehtiyatla yaxın. Əməliyyatı gündə 3–4 dəfə təkrar edin. Müalicə kursu 7–10 gündür.

Çaytikanıdan solmuş, quru dərilər üçün qidalı kremi hazırlanması.

2 xörək qaşığı limonun ətli hissəsindən götürüb, üzərinə 2–3 xörək qaşığı əridilmiş sümük iliyi, təzə yumurta sarısı, 1 çay qaşığı duru bal və çaytikanı yağı əlavə edin. Qarışıqları əzib qarışdıraraq 1 xörək qaşığı spirtli kamfora əlavə edin. Alınmış kremdən təmiz yuyulmuş sifətinizə, boynunuza və sinə nahiyənizə çəkin. 7–10 dəqiqədən sonra yaxılmış kremi salfet kağızı ilə silib-təmizləyin. Əməliyyatı hər gün yatmadan qabaq 1–2 ay müddətində yerinə yetirin.

Çaytikanıdan dodaqlar üçün balzamu hazırlanması. Kibrit qutusunun 1/4 hissəsi qədər təbii mum üzərinə 1 xörək qaşığı çaytikanı yağı əlavə edin və emal qabda su hamamına qoyub həll olana qədər qarışdırın. Hazır məmulatı bir az soyudub nazik qatla dodağınıza çəkin. Əməliyyatı hər gün yatmadan qabaq 5–10 dəqiqə aparın.

Dünya florasının tərkibində iydə fəsiləsinin 3 cinsi və 50-yə qədər növü yayılmışdır. Fəsilənin növləri əsasən ağac və kollar olub yer kürəsinin subtropik və mülayim iqlim zonalarında yayılmışdır. Fəsilənin xalq təsərrüfatı əhəmiyyətli cinslərindən biri də iydə — *Elaeagnus*-dur. Cinsin dünya florasının tərkibində 45-dən artıq növünə rast gəlmək olar. Cinsin Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda 2 növü yayılmışdır. İydenin Azərbaycanın əksər rayonlarında bir neçə növü, sortları və formaları mədəni halda ekib-becərilir.

İydenin vətəni Asiya ölkələri hesab edilir. Ən çox Asiya, Avropa, Şimali Amerika və Avstraliya ərazilərində geniş yayılmışdır. İydenin növ və yarımnövləri bir-birlərindən xarici quruluş formalarına, hündür və alçaq olmalarına, eləcə də meyvələrinin rənginə: irilik və kiçikliyinə və s. xüsusiyyətlərinə görə fərqlənilir.

İydə kol və yaxud çox da böyük olmayan ağac olub 3–7 m hündürlüyündədir. Çiçəkləri parlaq-sarı rəngdədir. Meyvəsi ovalvari və yaxud şar formasında olub, çəyirdək toxumu qəhvəyi rəngli, 2–3 sm uzunluğundadır. Meyvəsi unlu şirintəhərdir.

İydenin ən qiymətli növü şərq iydəsi və yaxud iri meyvəli iydə — *Elaeagnus orientalis* hesab edilir.

İ.İ. Yakovleva-Sibiryaka (1954) görə iydenin tərkibində 10,46 % su, 64,25 % şəkər, 11,91 % sellüloza, 10,57 % zülal, 2,48 % kül (zol), 1,3 % üzvi turşular və s. aşkar edilmişdir İlina-Kokuyevanın məlumatına görə iydenin yarpaqlarının tərkibindən 200 mq%-ə qədər C vitamini tapılmışdır. Q.N.Nikitinə (1956) görə iydenin ət hissəsinin tərkibində 45 mq% C vitamininin olduğu göstərilir.

Müalicə məqsədləri üçün meyvə, qətranından istifadə edilir.

İydenin gövdə və budaqlarının tərkibindən 0,1% alkaloidlərdən eleagnin $C_{12}H_{14}O_2$ (605 mq%), tetraqidroqarmol $C_{12}H_{14}ON_2$, 0,001% N-metiltetraqdrokarmol $C_{12}H_{16}ON_2$, aşı və boyaq maddələri aşkar edilmişdir. Çiçəklərinin tərkibindən 0,3%-ə qədər efir yağı, yarpaqlarından 140–350 mq% askorbin turşusu, ətli meyvəsindən 40%-ə qədər karbohidrat maddələri aşkar edilmişdir ki, onun da 20%-ni fruktoza, 10%-ni zülal, az miqdarda aşı və selikli maddələr təşkil edir. Gövdə və budaqlarında çoxlu miqdarda qatran maddəsi vardır.

İydə çox qədim dövrlərdə müalicə məqsədləri üçün geniş istifadə edilmişdir. Meyvəsindən əsas etibarilə uşaqlarda baş verən ishalın, kataraktların müalicəsində işlədilir.

Orta Asiyada xalq təbabətində iydenin quru və yaxud dəmləməsindən mədə xəstəliklərində, kolitdə, yuxarı nəfəs yollarında baş verən nasazlıqla-

rının aradan qaldırılmasında tətbiq edilir. Ürək fəaliyyətinin gücləndirilməsi üçün iydedən alınan efir yağı faydalıdır.

İydeni qida, müalicə, nektar və bəzək təbiətli bitki hesab etmək olar.

İydenin meyvəsini təzə halda yeyir, əzib ununu alır, çörək, sup, müxtəlif qida məhsullarının tərkibinə qatıb qənnadı məmulatları hazırlayırlar. Bitkinin qalığında kitrə əldə edilir ki, bu da toxuculuq, kley, boyaq və lakların istehsalında yararlıdır. İydedən bəzək məqsədləri üçün də istifadə edilir. Ətirli çiçəklərində olan efir yağı ətrafa xoş ətirli iy «çilədiyindən» insanın əhvali-ruhiyyəsini və tənəffüs sistemini yaxşılaşdırır.

İyde meyvəsinin tərkibindən 10,57% zülal, 2,48% kül, 11,91% sellüloza, 64,25% şəkərli maddələr aşkar edilmişdir.

**Cədvəl 4. İyde meyvəsinin kimyəvi tərkibi
(E.B.Buzin və S.P.Staşkoya görə, 1959)**

Maddələr	Ətli meyvəsi, çəyirdəklə birlikdə	Çəyirdəyinin tərkibi
Su	13,24	9,81
Quru maddə	86,76	90,19
İnert şəkər	62,66	–
Qlükoza	78,00	–
Fruktoza	44,66	–
Saxaroza	5,15	–
Şəkərin ümumi miqdarı	67,8	–
Sərbəst turşu (alma turşusuna görə)	0,44	–
Azot maddəsi	3,84	–
Piy	0,98	–
Pektin	0,19	–
Sellüloza	3,93	–
Pentozonlar	4,93	–
Kül	1,83	–

İydenin giləmeyvəsindən şəkərli giləmeyvələr hazırlanır. Aparılan analizlər zamanı müəyyən edilmişdir ki, 1 sentner iyde giləmeyvəsindən 12–13 litr spirt hazırlamaq olar. 1 iri giləmeyvəsi olan ağac və kolundan 16 kq məhsul toplamaq olar. 1 hektar iyde sahəsindən 50 sentner giləmeyvə tədarük edilir ki, bundan da 600 litr spirt istehsal etmək olar. Yaxşı şumlanmış münbit torpaqlarda əkilən hər hektar iyde sahəsindən 100–150 sentner iyde giləmeyvəsi toplamaq olar ki, bundan da 1200–1500 litr yüksək keyfiyyətli spirt almaq olar. Deməli biz gələcəkdə iydeni mədəni hala keçirib bunun geniş sahələrdə əkilməsini təşkil edə bilsək 100 tonlarla giləmeyvə əldə edə bilirik. Giləmeyvədən işə çörək məmulatları, vitaminli qida məh-

sulları, qənnadı məmulatları və əla keyfiyyətli spirt əldə edib xeyli qazanc əldə etməklə yanaşı yüzlərlə iş yeri açmış olarıq.

İydənən yarpaq və toxumlarından müxtəlif müalicəvi preparatlar və müalicəvi yağ əldə edib bir sıra xəstəlikləri müalicə etmək olar.

İydedən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Soyuqdəymə zamanı yuxarı tənəffüs yollarında baş verən qüsurların aradan qaldırılmasında. 1 xörək qaşığı təzə iydə çiçəyindən 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun və 5–7 dəqiqə saxladıqdan sonra götürüb soyudun və süzün. Gündə 3 dəfə, 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Çiçəyindən spirtli cövhərin hazırlanması. 1 hissə çiçəyindən, 10 hissə (1:10) araq götürüb isti qaranlıq yerdə 10 gün saxlayın. Sonra süzüb 10–15 damcı 1 xörək qaşığı suya qatıb gündə 3 dəfə qəbul edin.

Mədə və yoğun bağırsaq soyuqdəymələrində. 2 xörək qaşığı təzə, xırda doğranmış meyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun və yarım saat saxlayıb isti-isti süzün. 1 stəkan həcminə gətirib gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməkqabağı qəbul edin.

Hipertoniya, həmçinin ürək fəaliyyətinin yaxşılaşdırılmasında. 2 xörək qaşığı qurudulmuş çiçəyindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərində 15 dəqiqə saxladıqdan sonra götürüb, soyudun. Stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Damar ağrılarında və revmatizm zamanı. Təzə yarpaqlarını qaynar suya töküüb pörtlədin və götürüb salfet və ya dəsmalla azca qurudub ağrıyan nahiyələrə kompres şəklində istifadə edin. Məhluldan günəşiri kompres qoymağı təkrar edin. Müalicə kursu 10 əməliyyatdan ibarətdir.

Çətin sağalan irinli yaraların müalicəsində. İydənən təzə yarpaqlarından götürün, yuyub, qurudun və doğrayıb, salfetcaya büküb zədələnmiş nahiyənin üzərinə qoyun, sarğı ilə sarıyın. Birinci 2–3 gün ərzində sarğını gündə 2 dəfə dəyişin. O birisi günlər isə sarğını 1 dəfə dəyişmək məsləhətdir.

Yağiotu — *Onagraceae* fəsiləsi İvançay — *Chamerion angustifolium*

Yer kürəsi florasının tərkibində fəsilənin 36 cinsi və 500-ə qədər növü yayılmışdır. Fəsilənin dərman, qida, bəzək və nektar təbiətli cinslərindən biri də İvançay cinsidir. Cinsin dünya florasının tərkibində 200-ə qədər növünə rast gəlmək olar. Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda 4 növü var.

İvançay — *Chamerion angustifolium*. Bu çoxillik ot bitkisi olub, hündürlüyü 130–150 sm, yerüstü və sürünən kökümsov gövdəyə malikdir. Növbə ilə düzülmiş çıpaq, lansetvari, gövdə üzərində oturaq yarpaqları vardır. Bənövşəyi, qırmızı və ya ağ çiçəkləri saxımvari formada yerləşmişdir.

Meyvəsi çoxtoxumlu dördkünc buynuzaoxşar qutucuq meyvədən ibarətdir. İyul–avqust aylarında çiçək açır, sentyabrda isə meyvəsi yetişir.

İvançay respublikamızda Quba rayonunun şərq ərazilərində, Kiçik Qafqazın şimal və mərkəz hissələrində, Naxçıvanın dağlıq zonalarında yayılmışdır. Bundan başqa bitkiyə yuxarı subalp çəmənliklərdən tutmuş, meşəliklərdə, daşlı-çınqıllı sahələrdə, açıqlıqlarda, meşə kəsiklərində və s. yerlərdə rast gəlmək olar.

Bitkinin bütün hissələri xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində istifadə oluna bilər. Belə ki, yarpaq hissəsi şirintəhər, yeməil olub tərəvəz kimi istifadə edilir. Kökü xırda hissələrə salınıb, qızcırdılıb spirt əldə edilir ki, bundan da müxtəlif içki növləri hazırlanır.

Bundan başqa kökünü xırda hissələrə salıb ondan un əldə edib müxtəlif çörək növləri bişirirlər. Yarpaqlarından surroqat hazırlayıb çay kimi içirlər. Yapaqlarının tərkibindən selik, pektin, tanin, 190 mq%-ə qədər C vitamini, 0,1% məlum olmayan alkaloid və s. aşkar edilmişdir. Qiymətli nektar bitkisi sayılır. Çiçək açan (3 gün çiçək açır) dövründə 1 çiçəyin tozcuğunda 0,55 mq nektar aşkar edilmişdir. Bu da 1 hektar sahədən 480–500 kq bal deməkdir. Əlverişli keçən illərdə kütləvi çiçək verdiyi zaman hər hektar sahədən 900–100 kq-a qədər bal məhsulu əldə olunur. Bal ətirli, kəskin, şirin, yaşımtil rəngli su kimi açıq-şəffafdır. Toxumunda 40–50%-ə qədər yağ saxlayır.

Qiymətli müalicəvi xüsusiyyətə malikdir. İvançaydan hazırlanan preparatlarla, mədə, prostat vəzinin adenomasi, əsəb sakitləşdirməsində, kolit, qəbizlik, qastrit, boğaz, burun, uşaqlıq qanaxmaları, yara və kəsiklər müalicə edilir.

İvançaydan dərman preparatlarının hazırlanması.

Maddələr mübadiləsinin nizama salınmasında. Bunun üçün 15 q bitkinin otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 15 dəqiqə qaynadın. Sonra 1,5 saat saxlayıb süzün və gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkqabağı qəbul edin.

İmmunitetin nizama salınmasında, eləcə də möhkəmləndirilməsində, soyuqdəymə, ağrıların aradan qaldırılmasında, böyrək və qara ciyərin fəaliyyətinin yaxşılaşdırılmasında, hipertoniya, ateroskleroz, nevrozun müalicəsində geniş istifadə olunur. Bu xəstəlikləri müalicə etmək üçün aşağıdakı reseptdən istifadə etmək məsləhət görülür. 1 xörək qaşığı ivançayın yarpaqlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb qaynadın və 2 saat saxlayıb süzün. Dəmləmədən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Şiddətli aybaşı qanaxmaları, dizenteriya və ishal zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 2 stəkan qaynar suya tökün, 5 dəqiqə qaynadıb, 1 saat saxlayıb süzün. Aldığımız dəmləmədən gündə 3 dəfə 1 stəkan yeməkdən qabaq qəbul edin.

Prostat vəzinin, eləcə də sidik kisəsinin soyuqdəymələri zamanı. 2 xörək qaşığı qurudulmuş otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 2 saat saxlayıb süzün. Alınmış dəmləmədən gündə 3 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış yarım stəkan qəbul edin.

Sufındığı — *Trapaceae* fəsiləsi
Sufındığı — *Trapa hyrcana*

Dünya florasının tərkibində sufındığı cinsinin 25, Azərbaycanda isə 1 növü məlumdur. Sufındığı — *Trapa hyrcana* birillik su bitkisidir. Uzun, nazik və budaqlanan gövdəsinin uzunluğu 1,2–5 metr, bəzən isə 3,5–4 metr olan yarpaqlarının kənarlar küt, dişvari, tüklüdür. Meyvəsinin uzunluğu 4–4,5, eni isə 2–2,5 sm-dir. Respublikamızın Lənkəran, Masallı, Astara, Zaqatala rayonlarının göl və bataqlıqlarında yayılmış sufındığı qiymətli qida, dərman, boyaq və aşı bitkisidir.

Tərkibində zəngin qida maddəsinin olduğu elmi əsaslarla təsdiq edilmişdir. Belə ki, hələ 1891-ci ildə K.T.Pomanko sufındığının ləpəsinin tərkibindən 0,460% piyli yağ, 1,498% kitrə, 3,278 % şəkər, 8,4 % zülal, 51,4% nişasta, 0,6 % sellüloza, 2,1 % kül və s. maddələri aşkar etmişdir. Neyman isə 1899-cu ildə tərkibində zəngin sulu karbohidrat maddələrinin olmasına, nişastanın çoxluğu və şəkərin azlığına görə sufındığının keyfiyyətli qida bitkisi olduğundan xəbər verirdi. Çəkisinin 66,46%-ni ləpə, 33,54%-ni isə qabıq təşkil edir. Bundan əlavə, bitkinin tərkibindən bir sıra makro və mikroelementlər də aşkar edilmişdir.

İnsanlar qida məhsulu kimi sufındığından hələ çox qədim zamanlardan istifadə etməyə başlamışlar. Alim Laybax torf sahəsindən neolit dövrünə aid 15 sm qalınlığında sufındığı layı aşkar etmişdir. Həmin dövrdə daşdan düzəldilmiş əl dəyirmanı da tapılmışdır. Alimlərin fikrinə görə, həmin əl dəyirmanından sufındığını əzib un şəklinə salmaq üçün istifadə olunmuşdur. 1940-cı ildə Latviyada qazıntı işləri aparılarkən torflu sahədə ağacdan düzəldilmiş həvəngdəstə də aşkar edilmişdir. Həmin həvəngdəstədə sufındığı qabıqdan təmizlənirmiş. Kiçik Pliniy qeyd edir ki, Struma və Qeafasu sahillərində yaşayan fraksiyalılar sufındığının unundan keyfiyyətli çörək növləri bişirmişlər. Mantu və Ferrari ərazilərində yaşayan əhali orta əsrlərdə sufındığından bişmiş halda istifadə etməklə yanaşı, onun unundan çörək və fəseli də bişirmişlər.

Sufındığı Cənubi Afrika ölkələrində sakit axan çay, durğun göl və gölməçələrdə qida bitkisi kimi becərilir. Ən çox isə ada və çaylarla zəngin olan Viktoriya — Niassa gölündə əkilir. Buralarda sufındığı o qədər çox bitir ki, hətta qayıqların hərəkətinə də mane olur. Afrikada yaşayan əhali bu

bitkidən müxtəlif çeşidli xörəklər hazırlayır. Sufındığını çiy, qızardılmış, həmçinin bişirilmiş halda yeyirlər.

D.Buanın yazdığına görə Hindistan xalqları sufındığı məhsulunu toplamağa başladıkları günü bayram edirlər. Çinlilər ondan çiy, bişirilmiş və qovrulmuş halda istifadə etməklə yanaşı, unundan da dadlı sıyıq bişirirlər. Bundan əlavə sufındığına un, şəkər tozu və yaxud bal qataraq çox keyfiyyətli və insan sağlamlığı üçün böyük əhəmiyyət kəsb edən qida məhsulu hazırlayırlar. Meyvəsi çox ətirli və sərinləşdirici olduğundan yay aylarında çinlilər onu həvəslə yeyir və bir sıra Avropa ölkələrinə ixrac edirlər.

Sufındığından müalicə məqsədilə geniş istifadə edilmişdir. Hələ Hipokrat dövründə ondan sərinləşdirici ekstraktlar hazırlayıb, soyuqdəyməni müalicə edərmişlər. Dioskorid və Pliniy qeyd edirlər ki, sufındığından hazırlanan cövhər və dəmləmələrin köməyiylə qızdırma, revmatizm, göz, quduzluq, ilan sancmaları və soyuqdəymələrin müalicəsində istifadə edilmişdir.

Toxumunun spirtlə çıxarışından Erlix şislərini əmələ gətirən hüceyrələrin qarşısının alınmasında işlədilir. Volqaboyunda yaşayan əhali keçmişdə malyariya ağcaqanadı yayılan çay, göl və gölməçələrə sufındığı əkərək, ondan həm mübarizə məqsədilə istifadə edir, həm də bol məhsul əldə edirdilər. Çində bitkinin qabığından hazırlanan çay tonusartırıcı vasitə kimi işlədilir. Sufındığından donuzların, ördək və qazların yemləndirilməsində də geniş istifadə edirlər. Yemləmə nəticəsində onlar qısa bir müddətdə piy bağlayır, ətəri çox ləzzətli olur.

Meyvəsindən kofe surroqatı hazırlayıb tonusartırıcı çay kimi də içirmişlər. Çində, Hindistanda sufındığın meyvələrini deşib saplara düzərək, boyunbağı düzəldib bazarlarda satarmışlar.

Bundan başqa, Qərbi Avropa və İtaliyada sufındığından təsbeh, boyunbağı və bəzək əşyaları hazırlayırmışlar.

Çində «süşabalıd» adlandırılan bu bitkini ən çox Pekin, Kanton, Szyansu və Çcesyuan rayonlarında əkib-becərilir. Həmin rayonlarda onun 15-dən çox növü əkilir. Çin əhalisi hər il min tonlarla məhsul tədarük edərək ondan qida və mal-qara üçün yem kimi istifadə edir, artığını isə qonşu ölkələrə göndərilir. Biz isə sufındığın tullantı şəklində olan qabıq hissəsindən boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipi sarı, narınc, boz, qəhvəyi, firuzəyi, zeytunu, qonur-qəhvəyi, şabalıdı və s. rəng və çalarlara boyadıq.

Kərəvizkimilər — *Apiaceae* fəsiləsi

Çöl göytikanı (Zambirtikan) — *Eryngium campestre*

Cinsin dünya florası tərkibində 250-dəq artıq növü yayılmışdır. Cinsin növlərinə ən çox yer kürəsinin isti və mülayim iqlim zonalarında rast gəlmək olar. Bitkinin Qafqazda 7, o cümlədən də Azərbaycanda 4 növünə

rast gəlmək olar. Bu növlərin içərisində müalicə məqsədləri üçün çöl zimbirtikanı istifadə olunur.

Çöl zimbirtikanı — *Eryngium campestre* bu hündürlüyü 50–60 sm, yarpaqları qeyri-adi olub göyümtül yaşıl çalara malik çoxillik ot bitkisidir. Bitkinin latınca mənası «sağaldan», «müalicə edən» deməkdir.

Göytikanlı bitkisi yabarı halda çəmənliklərdə, çay kənarlarında, bağ və baxçalarda bəzək bitkisi kimi əkilib-becərilir. Müalicə məqsədləri üçün bitkinin gövdə, yarpaq və çiçəklərindən istifadə edilir.

Çöltikanından hazırlanan preparatlar sakitləşdirici, ağrıkəsici, sidikqovucu, antiseptik, soyuqdəymə, istiliyi aradan qaldıran, bakterisid, sidikqovucu, bəlgəmgətirici, zəhərəleyhinə tətbiq edilir.

Ürək çatışmazlıqlarında. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb zəif od üzərinə qoyub 5 dəqiqə qaynadın və yarım saat dəmləyib süzün. Cövherdən gündə 3–4 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Nevroz, yuxsuzluq, qorxunc yuxular görmə zamanı. 3 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb, 1 stəkan qaynar suya tökün və zəif od üzərinə qoyub 3–4 dəqiqə qaynadın. Sonra soyudub süzün, vəziyyətinizə görə gündə 3–4 dəfə yeməyə 10–15 dəqiqə qalmış 1–3 çay qaşığı qəbul edin.

Bronxit, pnevmoniya, həmçinin bronxial astma zamanı bəlgəmgətirici vasitə kimi. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan suya töküb su hamamının üzərinə qoyun, 15 dəqiqə qaynadıb, 45 dəqiqə qəmə qoyduqdan sonra süzüb 1 stəkan həcminə gətirin. Gündə 3 dəfə yeməyə az qalmış 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Baş ağrılarında, revmatizm, sidik kisəsi və böyrək daşlarının müalicəsi zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan 0,5 litr qaynadılmış suyun üzərinə töküb, qaynama dərəcəsinə gətirib dəmləyib süzün. Dəmləmədən stəkanın 1/5 hissəsi qədər götürüb gündə 2–3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Damar ağrılarında, artritdə, podaqra zamanı. 50 q doğranmış otundan götürüb 3 litr qaynar suya tökün və zəif od üzərinə qoyub 10–15 dəqiqə qaynadıb süzün. Sonra 38–39 dərəcə temperatura salıb vannaya tökün. Vannasını, yatmağa 1 saat qalmış 15–20 dəqiqə qəbul edin. Müalicə kursu 10 gündür.

Diş ağrılarında. 2 xörək qaşığı otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb süzün. Ekstraktından ağız nahiyənizi qar-qara edin və yaxud pambıq və tənziyədən tampon düzəldib dişinizin dibinə qoyun.

Diqqət! Qadınların göybaşığından hazırlanan preparatlardan aybaşının başlanması 2–3 gün qalmış qəbul etmələri məsləhət görülür. Aybaşı prosesi başa çatdıqdan sonra müalicəni davam etdirmək olar.

Qədim yunan və Roma xalqları tərkibində kərəviz olmayan xörəklərdən həmişə imtina edirmişlər. Farslar kərəviz bitkisini Allah tərəfindən insanlara verilmiş hədiyyə kimi səciyyələndirirlər. Yunan və Roma xalqları kərəviz bitkisi ilə bir çox xəstəlikləri məhərtlə müalicə edərmişlər. Kərəvizin bir çox sort və formalarından qida, ədviyyat və müalicə məqsədləri üçün dünyanın əksər xalqları istifadə edirlər. Kərəvizin kökmeyvəsinin ətri saxtalar düşən zamanı da olduğu kimi qalır.

Kərəvizin bütün hissələri qiymətli müalicəvi xüsusiyyətlərə malikdir. O iştahaqıcı, mədə şirəsinin ifrazatını artırır, antiseptik vasitə kimi yarasagaldıcı təsirə, orqanizmin tonusunun artırılmasında mühüm rol oynayır. Bundan başqa kərəvizin tərkibində çoxlu miqdarda makro və mikroelementlərdən, vitamin mənbəyindən, antoksidan xüsusiyyətli apigenin maddəsindən, furokumarinlərdən, asparagin, xolin, manit, nişasta, həmçinin Na, P və Fe mikroelementləri, efir yağları aşkar edilmişdir ki, bunlar da orqanizmdə selikli qişa toxumalarının işinin nizamlanmasında onların fəaliyyətinin normal gedişində müsbət rol oynayırlar. Ona görə də mədəsi və onikibarmaq bağırsaqlarında yarası olan xəstələr bitkidən təzə dərilmiş, bişirilmiş və turşuya qoyulmuş halda yeməklərində istifadə etməlidirlər. Kərəvizin tərkibində olan maddələr, orqanizmdə toplanıb qalmış duzların və şlakların təmizlənilib yox edilməsində mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Bundan başqa podaqra, revmatizm, artrit, sidik kisəsi, böyrək, ciyər və s. xəstəliklərə tutulmuş insanların qidalarının tərkibinə bu bitkidən çoxlu miqdarda qatılması məsləhətdir. Elmi əsaslarla sübut olunmuşdur ki, kərəviz nevroz, zəifləmiş əsəb sistemində, eləcə də yuxu pozuntularında əvəzsiz müalicə preparatıdır. Ona görə həkimlər bu cür xəstəliklərə düçar olmuş insanlara hər gün kərəviz yeməyi məsləhət görürlər.

Kərəvizdən hazırlanan müalicə preparatları.

Qastrit zamanı, mədə şirəsi turşuluğunun aşağı düşməsində, mədə və onikibarmaq bağırsaqda əmələ gələn yaraların, sidik kisəsində olan daşların aridilib yox edilməsində. Bunun üçün yeməkqabağı təzə dərilmiş kərəvizdən alınmış şirədən 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Mədə və onikibarmaq bağırsaq yaralarında. 2 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan suyun üzərinə töküüb 2 saat dəmləyib süzün. Alınmış ekstraktdan gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməkqabağı qəbul edin.

Böyrək xəstəliyində, podaqrada ağrıkəsici kimi, sidikqovucu vasitə kimi. 2 stəkan qaynar suya stəkanın 1/4 hissəsi qədər yarpaq kərəviz sortunun kökündən tökün, su hamamına qoyub 5 dəqiqə saxladıqdan sonra

götürüb 30 dəqiqə dəmləyin. Süzüb gündə 4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Zəiflik, dişəti qanaxmalarında. Yeməkdən sonra təzə kərəviz yarpaqlarından dərib 3–5 dəqiqə çeynəyin.

İmmunitetin zəifləməsində, yorğunluq hallarının aradan qaldırılmasında. Bunun üçün acqarına hər gün yarpaq və kök meyvəsindən aldığınız şirəni 1:1 nisbətində alma şirəsi ilə qarışdırıb qəbul edin.

Yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında. 1 litr qaynadılmış soyuq suya, 1 xörək qaşığı doğranmış təzə kərəviz kökü töküüb, 8 saat dəmləyib süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 3 dəfə yeməyin vaxtından asılı olmayaraq 1 çay qaşığı qəbul edin.

Uzun sürən xəstəliklər zamanı baş verən halsızlığın aradan qaldırılmasında. Orqanizmi möhkəmləndirmək üçün doğranmış təzə kərəviz kökünü 2 stəkan qaynanmış suya töküüb, su hamamında qızdırın və ağzı qapalı halda 4 saat saxladıqdan sonra süzün. Alınmış cövhərdən gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Örə xəstəliyi (кранушнууа) allergiya mənşəli dermatitin, eləcə də yemək və haşarat sancmaları zamanı əmələ gələn allergiya xəstəliklərinin aradan qaldırılmasında. Bunun üçün 2 stəkan qaynar suyun içərisinə 2 xörək qaşığı qurudulmuş kərəviz yarpağı və yaxud 4 xörək qaşığı təzə yarpağından əlavə edin. Emal qaba töküüb qapağını örtüb 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış dəmləmədən gündə 4 dəfə yarım stəkan və yaxud gündə 2 dəfə qəbul edin.

Kəskin müxtəlifformalı revmatizm xəstəliklərinin müalicəsində. 100q kərəviz (yarpaq və gövdəsi ilə birlikdə) götürüb 1 litr suya töküüb, odun üzərinə qoyub qaynadın. Qaynamanı 1 stəkan həcmində ekstrakt qalana qədər davam etdirib süzün. Alınmış ekstraktı gün ərzində bir neçə dəfə qəbul edin. Hər gün təzə dəmləmə hazırlayıb qəbul edin. Müalicəni tam sağalana qədər davam etdirin.

Maddələr mübadiləsi pozuntularında. 1 stəkan soyuq qaynadılmış suya, 2 xörək qaşığı quru doğranmış kökündən əlavə edib 2 saat saxladıqdan sonra süzün, stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 3 dəfə qəbul edin.

Şəkərli və şəkərsiz diabet zamanı. Hər gün 4–5 ədəd təzə budağından yeyin.

Ədviyyatlar şahının hazırlanması. 200 q kərəviz kökü, 2 ədəd alma, 100 q şirin bibər, stəkanın 1/2 hissəsi qədər xama, 2 xörək qaşığı limon şirəsi, 1 çay qaşığı şəkər tozu, 2 dilim apelsin götürün. Kökümeyvəli kərəvizin və almanın qabıqlarını soyub təmizləyib, xırda hissələrə salın, sonra həlqə şəklində doğranmış bibəri əlavə edib, şəkər tozu və limon şirəsi çiləyin. 10–15 dəqiqədən sonra xamanı əlavə edib qarışdırın. Sonra alınmış salatın üzərini apelsin ilə bəzəyib süfrəyə verin.

İgid (bahadır) salatının hazırlanması. Orta böyüklükdə kərəviz kök-meyvəsi və yaxud kərəviz saplağı, 1 ədəd orta ölçülü kök, 2 xörək qaşığı mayonez və yaxud 2 xörək qaşığı zeytun yağı və alma ya da çaxır şirəsi, 4–5 ədəd cəfəri budaqları götürün.

İri deşikləri olan süzgecdən kərəviz və kökü keçirib, üzərinə doğranmış göyörtüləri əlavə edib, qarışdırıb üzərinə mayonez və yaxud yağ və sirkə və narın doğranmış cəfəri səpib süfrəyə verin.

Dişqurtduyan — *Visnaga daucoides*

Dünya florasının tərkibində *Visnaga* cinsinin 10-a qədər növü yayılmışdır. Bu növlərin hamısı ot formasında olub, Orta Aralıq dənizi ölkələri ərazilərində təsadüf edilir. Qafqazda o cümlədən də Azərbaycanda 1 növü yayılmışdır.

Botaniki xarakteristikası. Dişqurtduyan — *Visnaga daucoides*. Hündürlüyü 100 sm-ə qədər olan, çoxbudaqlanan şırımlı gövdəyə malik ikiillik ot bitkisidir. Yarpaqları iki-üçqat lələkvarıdır. Ağ rəngli hamaşçıçəyinin diametri 6–10 sm olub mürəkkəb çoxşüalü çətirdə toplaşmışdır. İki yerdə bölünən yumurtayaoxşar, xırda, acı tamlı, ətirli qoşadən meyvəsi vardır. Bitki iyun–iyul aylarında çiçəkləyir, meyvələri avqustda yetişir.

Azərbaycanda bu bitkiyə Samur–Dəvəçi, Xəzər dənizi sahillərində, Lənkəran ovalıqlarında, tez-tez təsadüf olunur. Şirvan–Savalan düzlərində dişqurtduyan daha geniş yayılmışdır. Ümumiyyətlə, əkin yerlərində, quru yamaclarda tez-tez rast gəlmək olar.

Kimyəvi tərkibi. Dişqurtduyanın əsas müalicə əhəmiyyətli maddələri furanoxromonlardır. Bunlardan kellini (visnamin) — $C_{14}H_{12}O_5$, viznaqini — $C_{13}H_{10}O_4$, kellol qlikozidi (kellinin) — $C_{19}H_{20}O_{10}$ və s. göstərmək olar. Dişqurtduyanın meyvələrində 0,4–2,5%, yarpaqlarında 1,2%, gövdəsində 0,11%, çiçəklərində 0,2–1%-ə qədər kellinin maddəsi aşkar edilmişdir. Furanoxromonlardan başqa meyvələrindən kumarinlər, mirisetin, kversetin, kempferol, akasetin, rutin və s. flavonoid maddələri, 0,2% efir yağı, 20%-ə qədər piyli yağ da tapılmışdır.

Bundan başqa bitkinin meyvəsinin tərkibindən 5,86% kül, mq/q olmaqla K-16,80, Ca-14,50, Mg-3,40, Fe-0,23 makroelementləri, KBN olmaqla: Mn-0,40, Cu-0,37, Zn-0,39, Cr-0,12, Al-0,12, Se-10,30, Ni-0,28. Sr-0,20, pb-0,02,1-0,15, B-37,60 mkq/q mikroelementləri də aşkar edilmişdir.

Tibbi əhəmiyyəti. Meyvəsindən alınan ağımtıl və yaxud sarımtıl toz formalı kellin preparatından spazmolitik təsirli dərman kimi stenokardiya, hipertoniya, sidik və öd kisələrinin spazması zamanı, eləcə də bronxial astmada göyöskürəkdə, mədə-bağırsaq sisteminin spastik vəziyyətində, atero-

sklerozda, kardiosklerozda, ürəyin tac damarlarının genişlənməsində, ürək pozuntularında istifadə edilir. S.Y.Sokolov və S.P.Zamotayevə görə bitkidən hazırlanan preparatlardan qlaukoma xəstəlikləri zamanı gözün daralmasının qarşısını almaq üçün tətbiq edilir.

Son illərdə Xarkov Elmi-Tədqiqat Kimya Əczaçılıq İnstitutunu əməkdaşları dişqurtduyanın meyvələrindən «avisan» adlı (furanoxromonların, kumarinlərin və flavonların cəmindən ibarət olan) preparat hazırlamışlar. Bu preparat böyrəkdə daş ilə bağlı əmələ gələn xəstəliklərin müalicəsində spazmolitik dərman kimi geniş istifadə olunur.

Bundan başqa bitkidən alınan preparatlardan xərcəng çöplərinin inkişafının qarşısının alınmasında da işlədilir.

Xalq təbabətində bitkidən diş ətinin möhkəmləndirilməsində və diş qanaxmalarında istifadə edilir. Kök hissəsindən isə ədviyyat kimi xərəklərin tərkibinə qatılır.

Tatyana tütəkotu («Qadın jənşeni») — *Angelica tatianae*

Dünya florasının tərkibində 80-ə qədər növü vardır. Cinsə daxil olan növlər çoxillik ot bitkiləri olub, Şimal yarımkürəsinin mülayim iqlim zonalarında yayılmışlar. Cinsin Qafqazda 2, o cümlədən Azərbaycanda 1 növünə — *A.tatianae* rast gəlinir. Hələ çox qədim dövrlərdə tütəkotunun gövdəsindən milli musiqi aləti olan tütək hazırlanmış. Aclıq illərində 10 minlərlə insanı, tütəkotu xilas etmişdir. Ural xalq təbabətində tütəkotundan hazırlanan preparatlardan ağ ciyər vərəminin, parazit qurdların müalicəsində geniş istifadə edirmişlər. Tibet keşişləri bitkidən alınan müalicəvi ekstraktlarla damar xəstəliklərinin, artrit, revmatizm, özələ ağrıları, qıcolmanı, Çin təbabətində isə ürək-damar xəstəliklərini müalicə edirmişlər.

Tütəkotunun əsasən köklərindən müalicə məsədləri üçün istifadə edilir. Hal-hazırda uşaqlar tütəkotunun gövdəsinin qabığını soyur və həvəslə yeyirlər.

Şərq təbabətində tütəkotudan jənşen əvəzi kimi bir çox xəstəlikləri müalicə edirlər. Tütəkotu öz müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə heç də jənşendən geri qalmır. Bundan hazırlanan preparatlar cinsi orqanların, əsəb sisteminin, artritin, eləcə də göbələk xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Bitki beyin qan dövrəni pozuntularının və insultun müalicəsində də tətbiq edilmiş.

Ən başlıcası tütəkotu qadınlarda baş verən hormon pozuntularının aradan qaldırılmasında işlədilir. Bu qiymətli cəhətlərini əsas götürərək Çin və Yapon xalqı tütəkotunu «qadın jənşeni» adlandırırlar. Hələ çox qədim dövrlərdə tütəkotu ilə aybaşı xəstəliklərini, klimakterik pozuntularını, eləcə də digər qadın xəstəliklərini müalicə edirmişlər. Tütəkotu anemiya əleyhinə

güclü vasitə hesab edilir. Alimlər tütəotunun tərkibindən elə bir qiymətli maddə çıxarırlar ki, bu beyin qabığında gedən qan dövranını nizamlayır və yaddaşı yaxşılaşdırır. Tütəkotunun kökündən alınan preparatlar pankreas şirəsinin ifrazatının artırılmasında gözəl nəticə verir. Bitkidən hamilə qadınların istifadə etmələri məsləhət görülmür.

Tütəkotundan müalicəvi preparatların hazırlanması.

Həzm sistemi orqanlarının, bronxit və zökəm xəstəliklərinin müalicəsində. 50 q tütəkotu kökünü, 0,5 litr arağın üzərinə töküüb 2 həftə saxlayın. Sonra süzüb gündə 3 dəfə yemək qabağı 1 çay qaşığı qəbul edin.

Tütəkotu ilə qara ciyərin təmizlənməsi və qəbizliyin aradan qaldırılması (xüsusən də yaşlı adamlarda). Qadınlar yaxşı olar ki, tütəkotu ilə qırmızı kökü 1:1 nisbətində qarışdırıb istifadə etsinlər.

Ürəyi müalicə etmək üçün tütəkotu, dioskor və yapon saforasından götürüb istifadə edin.

Mələkotu (Ballica) — *Aegopodium*

Ballica çox hündür olmayan, dalğavari yarpaqlardan ibarət olub, zərif çəhrayı rəngə çalan çiçəkləri, çiçəklənmənin sonunda isə göy-bənövşəyi rəngə çevrilən çoxillik ot bitkisidir.

Ballicaya meşəliklərdə, meşə açıqlıqlarında, kolluqlar arasında, çay kənarlarında, qaya çatlarında rast gəlmək olar. May ayında açılan çiçəkləri insanı heyran edən çəhrayı-göy rəngli xalça əmələ gətirir. Çiçəklərinin üzərində çoxlu arılar və böcəklər uçuşur və gəzişirlər.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçək açan zaman toplanan otundan istifadə edilir.

Ballicadan hazırlanan preparatlar bakterosid, soyuqdeymə, qankəsici, sidikqovucu, büzüsdürücü, qantəmirzəyici, immunitetartırıcı xüsusiyyətlərə malikdir.

Yazın ilk aylarında orqanizmdə baş verən vitamin çatışmazlığının aradan qaldırılmasında, maddələr mübadiləsinin yaxşılaşdırılmasında (qan azlığında), eləcə də əlavə vasitə kimi ağ qan və xərçəng xəstəliklərinin müalicəsində hər gün 2 xörək qaşığı doğranmış mələkotu yarpağından yeyin.

Bronxit, pnevmoniya, bronxial astma, öskürək və xarıltını aradan qaldırmaq məqsədilə. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya töküüb, zəif od üzərində 10–15 dəqiqə qaynatdıqdan sonra 1 saat dəmləyin. Süzüb dəmləməni 1 stəkan səviyyəsinə gətirin. Sonra aldığınız cövhərdən gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Vərəm xəstəliyinə qarşı əlavə müalicə vasitəsi kimi. Təzə ot hissəsindən hazırlanmış şirəsindən 1–2 xörək qaşığı götürüb 1 xörək qaşığı bal ilə qarışdırıb, yarım stəkan qaynadılmış suya töküüb qəbul edin.

İshal, qastrit, kolit zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün və zəif od üzərinə qoyub 15–20 dəqiqə qaynadıb sonra süzün. Aldığınız isti məlhəmdən götürüb gündə 2–3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 0,5 stəkan qəbul edin.

Ekzema, psoriaz, çiban və döyənəklərə qarşı. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb termosda 1 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 2 dəfə yeməyə yarım saat qalmış 0,5 stəkan qəbul edin.

Dəri xəstəliklərində. 1 kq otundan götürüb 3 litr qaynar suya töküüb 10 dəqiqə zəif od üzərində qoyub, yarım saat dəmləyin. Sonra süzün və 37–38 dərəcə temperatura salıb, yatmağa 1 saat qalmış 15 dəqiqə vannasını qəbul edin. Müalicə kursu 10–15 vanna qəbul etməklə başa çatdırılır.

Kök — «sağlamlıq eliksiridir» — *Daucus*

Kimdən soruşsanız ki, istənilən tropik bitkilərdən hansı üstündür, fikişmədən deyəcək ki, kök. Bunun narıncı-qırmızı kök meyvəsi insanlara enerji, sağlamlıq, gümrəhlik və gözəllik bəxş edir. Əbəs yerə qədim Roma yazıçıları kökü tərəvəzlərin kralı adlandırmamışlar. Bizim zamanəmizdə kökdən hazırlanan şirə və salatlar xalqımızın qida rasionuna daxil edilmiş və onların sağlamlığına xidmət göstərir.

Kökün tərkibində A provitaminin miqdarı başqa tərəvəz bitkilər ilə müqayisədə bir neçə dəfə çoxdur. Bu qəribə bitki ürəyin sağlam döyünməsində qan formalarını normallaşdırır, böyrək və qara ciyərin fəaliyyətini yaxşılaşdırır və stimullaşdırır. Bu orqanların yaxşı işləməsini, dərinin normal fəaliyyətini bərpa edir və onun elastiklik qabiliyyətinin ömrünü uzadır. Bundan başqa kökün tərkibindən kalium, kalsium, dəmir, fosfor, yod, mis, kobalt, B₁, B₂, B₃, C, D, E, K, PP, folien turşusu həyat üçün ən vacib vitamin kompleksini özündə birləşdirən «sağlamlıq eliksiri» rolunu oynayır. Qədim dövrlərdə kökdən çətin sağalan yaraların, kəsiklərin, şirəsi ilə sistitin, böyrəyin müalicəsində geniş istifadə edilmişdir.

Bitkinin kökündə çoxlu miqdarda kalium elementi olduğundan təzə kök şirəsi ürək-damar xəstəliklərində xeyirlidir, məsələn miokard infarktından sonra mütləq kök şirəsi qəbul etmək lazımdır. Kökün tərkibindəki mineral maddələr hiss edici formada uşaqların orqanizmini möhkəmləndirir, onun boy artımını stimullaşdırır. Qeyd etmək lazımdır ki, kökdən profilaktik vasitə kimi qan azlığında, gözün görmə qabiliyyətinin yüksəldilməsində istifadə etmək mütləq lazımdır. Kök şirəsi böyrək və öd yollarında olan daşların əridilib orqanizmindən kənar edilməsində çox əhəmiyyətli vasitə

hesab edilir. Bitkinin bütün hissələri — kök, toxum daha çox əhəmiyyətli onun yərüstü yaşıl hissəsi hesab edilir.

Kökdən müalicəvi preparatların hazırlanması.

Bronxit zamanı. Təzə alınmış kök şirəsinin tərkibinə 1 çay qaşığı bal qarışdırıb gündə 4–5 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Böyrək xəstəliklərində. Kökü kiçik deşiyi olan süzgülədən keçirib alınmış sıyıqdan üç xörək qaşığı götürüb 3 stəkan qaynar suya töküüb, ağzını qapaqla örtün və bütün gecəni saxlayın. Sonra alınmış cövhəri bir neçə hissəyə ayırıb bütün gün ərzində isti halda qəbul edin.

Böyrəkdə olan daşların tökülməsində. 1 stəkan qaynar suya 1 xörək qaşığı kök toxumundan töküüb 12 saat saxlayıb süzün, gündə 5–6 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Melanom (dəri rəki) zamanı. Kökü xırda hissələrə salıb, təzə bioligolov otu ilə qarışdırıb zədələnmiş nahiyənin üzərinə qoyub sarğı və ya leykopləstir vasitəsilə bərkidin.

Yuxusuzluğa qarşı. Kökün yaşıl hissəsindən götürüb boynunuzun arxasına qoyub bağlayın.

Damarların genişlənməsində. Yatmadan qabaq zədələnmiş nahiyəyə kökün yaşıl hissəsindən hazırlanan sıyıqdan yaxıb, bağlayın və səhərə qədər saxlayın. Müalicəni genişlənməmiş damarlar yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Sistit zamanı. 0,5 litr qaynar suya yarım stəkan kökün yaşıl yarpaq və gövdəsindən hazırlanmış sıyıqdan əlavə edib dəsmala büküb 1 saat saxlayıb süzün və 3–4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Prostat vəzinin müalicəsində. Hər gün axşamlar yatan zaman bitkinin yarpaq və budaqlarından hazırlanmış sıyıqdan xəstə nahiyəyə kompres şəklində yaxın və bağlayıb yatın.

Babasil zamanı. Səhərlər kökün yaşıl hissəsindən götürüb qaynadılmış suya əlavə edib çay kimi dəmləyin və 3 litrlik şüşə balona töküüb gün ərzində qəbul edin. Müalicə kursu 1 aydır. Dəmləməni soyuducuda saxlayın.

Diqqət! Təzə kök şirəsinə mədə və onikibarmaq bağırsağ xəstəliklərində, eneritdə, kəskin şəkər diabetində qəbul etmək məsləhət görülmür. Çiy halda çətin həzm olunduğu üçün köpmə əmələ gətirir. Yaxşı olar ki, kökü, deşiyi xırda olan süzgülədən keçirib alınan sıyıqna yağ və ya xama əlavə edib yeyin. Bu zaman kökün tərkibindəki karotinoid yağda yaxşı həll olur və orqanizm tərəfindən yaxşı qəbul edilir.

Baldırğan — *Heracleum*

Dünya florasının tərkibində baldırğan cinsinin 70-ə qədər növü yayılmışdır. Qafqazda cinsin 25, o cümlədən Azərbaycanda 8 növünə rast gəl-

mək olar. Bu növlərin əksəriyyəti Avropanın mülayim şimal zonalarında, Asiyada, Amerikada, Şimali Afrikada və eləcə də Himalay dağlarının cənub ərəzilərində yayılmışdır.

Baldırğan — iri çoxillik ot bitkisi olub, 1000–1500(2000) sm hündür-lüyündədir. Gövdəsinin içərisi boş, qabırğalı borurvari olub üzərləri sərt tük-cüklərlə əhatə olunmuşdur. Çiçəkləri ağ, yaşımtil bəzən də çəhrayı rəngdə, iri çətirdən ibarətdir. Bitki iyun ayından sentyabr ayına qədər çiçək açır. Respublikamızda baldırğanın böyük ehtiyatı vardır. Baldırğanın növləri meşə açıqlarında, çay kənarlarında, kanalların ətrafında, kolluqlar arasında geniş yayılmışdır. Bitkinin tərkibində şəkər, zülal, vitamin C, karotin, aşı, efir yağı, kök və kökümsovlarından qeyd etdiyimiz maddələrdən başqa qljutamin, qalakton kumarinlər və s. maddələr də aşkar edilmişdir.

Baldırğan sevilən bitkidir, onu meşədə yaşayan canlı varlıqlar da sevir. Baldırğanın əksər növləri çox dadlı qidalıq kəfiyyətlərinə malikdir. Baldır-ğandan qida məqsədləri üçün istifadə edən zaman onu bir neçə üsulla hazır-layırlar: qaynar suya töküb pörtlətmək, duzlu suda bişirmək, duzlu suda islatmaq və yarım saat bişirməklə həyata keçirirlər. Cavan, zərif yarpaq və gövdələrindən müxtəlif salat növləri, pirok içi, bişmişini, həlimi və s. hazır-layırlar. Baldırğanın həlimi toyuq suyunu xatırladır. Bunun kökətrafi gövdəsi daha incə və şirəli olur. Qafqaz, Orta Asiya xalqları ilə yanaşı rus xalqı da əsrlər boyu bitkidən toplayıb qurudur, müxtəlif sərinləşdirici içki-lər, salatlar və şorbasını hazırlayırdılar.

Baldırğanın kökündən təzə və qurudulmuş halda ədviyyat kimi isti-fadə edirlər. Bizim özümüz də cavan vaxtlarımızda Naxçıvan MR-nın Şahbuz rayonu ərazisində yerləşən Batabat dağlarına istirahətə gedən zaman çayların, göllərin, meşələrin ətraflarında yayılan baldırğanın cavan incə zoğlarını toplayar, qabığını soyub ləzzətlə yeyərdik (M.Q.).

Baldırğandan bir neçə xörək növünün hazırlanması.

100 q cavan baldırğan yarpağı, 50 q yaşıl soğan, 100 q kartof, 100 q suxarı, 10–15 q bitki yağı, duz və ədviyyat götürün. Yarpağı 3–5 dəqiqə bişirib doğrayıb, qabaqcadan doğranmış soğanla qarışdırıb, bişirilmiş və xırda hissələrə salınmış kartofun üzərinə tökün və bitki yağı və ədviyyat əlavə edib süfrəyə verin.

Baldırğandan küfrənin hazırlanması. 200 q baldırğan, 30 q manna yarması, 10 q suxarı, 5 q piy götürün. Yumuru doğranmış baldırğan yarpağı-nı suya töküb bişirib hazır olana qədər qaynamanı davam etdirin. Sonra man-na yarmasını əlavə edib yenidən 10–15 dəqiqə bişirin. Alınmış kütləni gö-yörti ilə qarışdırıb bitolkalara bölün. Bitolkalara qızdırıb üzərinə giləmeyvə, göbələk, meyvədən hazırlanan şoraba əlavə edib süfrəyə verin.

Baldırğandan, sirkən və kərəvizdən soyuq supun hazırlanması. 60 q baldırğan, 40 q sirkə, 30 q əvəlik, 40 q təzə xiyar, 10 q şüyüd, 16 q xama, 50 q kərəviz, 1 diş sarımsaq, zövqünüzə görə duz götürün.

Doğranıb xırda hissələrə salınmış baldırğan yarpaqlarını bişirin. Hazır olmağa 20 dəqiqə qalmış üzərinə sirkəni əlavə edin. Əvəliyi isə ayrıca bişirin. Bişirilmiş göyərtini suyu ilə birlikdə soyudun. Süfrəyə verilməzdən əvvəl bilyon ilə göyərtini qarışdırıb üzərinə doğranmış xiyar, göy soğan, şüyüd və duz ilə əzilib qarışdırılan sarımsaq əlavə edin. Yeməkdən əvvəl suyun tərkibinə doğranmış sumuksüz siyənək balığı və qaymaq əlavə edin.

Baldırğandan pirok içinin hazırlanması. 500 q cavan baldırğan yarpağı, 250 q yaşıl və ya baş soğan, 100 q düyü, 2 ədəd yumurta, 30 q piy götürün. Baldırğanın cavan yarpaqlarını 3–5 dəqiqə qaynar suda bişirib, doğrayıb, qızardılmış soğanla qarışdırıb bişirilmiş yumurtanı dairəvi hissələrə salıb üzərinə qoyun. Aldığınız kütlədən 1–2 xörək qaşığı götürüb, qızcırdılmış xəmir şəklinə salıb küftənin içərisinə doldurub bişirin.

Baldırğandan şüyüd əlavə etməklə supun hazırlanması. 1 kq cavan baldırğan yarpağı, 50 q şüyüd, 200 q duz götürün.

Cavan baldırğan yarpaqlarını ət maşınından keçirib doğranmış şüyüdlə qarışdırın. 200 q duzu 2 kq yaşıl göyərti ilə qarışdırıb şüşə balonlara doldurub soyuducuda saxlayın. Aldığınız kütlədən sup, borş və şorabaya (xuruşa) əlavə edin.

Erika — Ericaceae fəsiləsi

Qızılı rododendron — *Rhododendron aureum*

Dünya florasının tərkibində fəsilənin 1000-dən artıq növü yayılmışdır. Bunlar ağac, kol və kolcuqlardan ibarət olub çox zaman həmişəyaşıldır. Cinsə aid olan 600-dən artıq növlərə yer kürəsinin əsasən subtropik, mülayim və soyuq zonalarında rast gəlmək olar.

Fəsiləyə daxil olan maraqlı cinslərdən biri də *Rhododendron*-dur.

Cinsə daxil olan növlərin əksəriyyəti aşı təbiətli, boyaq xüsusiyyəti, dərman və efir yağlı bitkilər hesab edilir.

Cinsin Qafqazda 5, o cümlədən Azərbaycanda 2 növünə rast gəlmək olar. Rododendron cinsinə daxil olan növlərdən biri də qızılı rododendrondur — *R. aureum*-dur.

Qızılı rododendron — *R. aureum* həmişəyaşıl sürünən və yaxud dırmaşan kol olub, dərivari çılpaq ellipsvari yarpaqlarının uzunluğu 1,5–9, eni isə 1–2,7 sm olub çətirvari hamaşçiçəyə malikdir. Çiçək tacı parlaq-sarı rəngdə olub dairəvi — ellipsvaridir. Bitki iyul–avqust aylarında çiçək açır. Meyvəsi uzunsov qutucuqdan ibarətdir.

Bitkinin yarpağının tərkibindən 10–20%-ə qədər aşı, 4%-ə qədər arbutin qlikozidi, zoğlarından isə 11% tanin aşkar edilmişdir. Təzə yarpaqları

nin tərkibində andromedotoksin maddəsi tapıldığına görə zəhərli hesab edilir. Yarpaqlarından hazırlanan cövhərindən ürək-damar xəstəliklərini müalicəsində və homeopatiyada istifadə edilir.

Müalicə məqsədləri üçün rododendronun çiçək açan dövrdə toplanan yarpaqlarından, az hallarda isə ləçəklərindən istifadə edilir.

Rododendronun hazırlanan preparatları sakitləşdirici, ağrıkəsici, tonusartırıcı, bakterosid, sidikqovucu, tərqovucu, büzüşdürücü, qan dövrünü yaxşılaşdırıcı, taxikardiya zamanı ürək döyüntülərinin sayının azadılmasında, tənəffüsün aradan qaldırılmasında tətbiq edilir.

Qızıl rododendronun müalicə preparatlarının hazırlanması.

Taxikardiya, tənəffüslük, ürək çatışmazlığında, həmçinin grip, soyuqdəymə, lyumbaqa, podaqra, böyrək daşı xəstəliklərində. 2 çay qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 0,5 litr qaynadılmış suya töküüb, 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən qəbul edin. Müalicə kursu 3–5 gündür.

Baş ağrıları, yuxusuzluqda, kəskin həyəcanlanmalarda, qızdırma, epilepsiya zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküüb yarım saat dəmləyib süzün. Gündə 2–3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicə kursu 5–7 gündür.

Həyəcanlanmaların tez-tez baş verməsi, streslər zamanı. 1 xörək qaşığı otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, üzərinə 2 xörək qaşığı bal əlavə edib qarışdırın. 3–5 saat saxladıqdan sonra süzün. Gündə 1–2 dəfə stəkanın 1/5 hissəsi qədər yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicəni günortadan sonra və axşamlar aparın. Müalicə kursu 3–4 gündür.

Radikulit zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb 1 stəkan araqın üzərinə töküüb 1 həftə otaq temperaturunda saxladıqdan sonra süzün. Gündə 2–3 dəfə 20–25 damcı götürüb 4 xörək qaşığı suyun üzərinə əlavə edib vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Revmatizm, podaqra zamanı. 5 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb 3 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyub 10–15 dəqiqə qaynadın, yarım saat saxladıqdan sonra vannaya töküüb üzərinə 38–39 dərəcə temperaturda olan su əlavə edin. Vannasından axşamlar yatmağa 1 saat qalmış 15–20 dəqiqə qəbul edin. Müalicə kursu 6–7 gündür.

Diqqət! Bitki zəhərli olduğundan qəbul zamanı bitkinin miqdarına fikir verin. Qeyd edilən miqdardan artıq götürmək yolverilməzdir. Preparatlardan uzun müddət qəbul edilməsi məsləhət görülmür.

Mərcangilə (Qaragilə) — *Vaccinium*

Bir sıra elmi ədəbiyyatlarda göstərilir ki, fəsilənin tərkibinə 100 cins və 100-dən artıq növ daxildir. Bəzi mənbələrdə isə 20 cins və 500 növ daxil

olduğu göstərilir. (Flora Azərbaycan, 1957; Qubanov və başqaları...1976). Erika fəsiləsinin ən qiymətli cinslərindən biri də Qaragilə (Mərcangilə) hesab edilir.

Qeyd! Quşüzümü — *Solanium* cinsinin adı qaragilə adlandırıldığına görə biz *Vaccinium* cinsini mərcangilə adlandırmağı qərara aldığımız. Mərcangilə cinsi 400-ə qədər növü əhatə edib yer kürəsinin Avropa, Asiya və Afrika qitəsində yayılmışdır.

Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda cinsin 3 növünə təsadüf edilir. Cinsin qiymətli növlərindən hesab edilən mərcangilə — dərman, boyaq, aşı, qida və bəzək bitkisi hesab edilir. Mərcangilə — *Vaccinium myrtillus* hündürlüyü 15–45 sm olan kiçik koldur. Yarpaqlarının uzunluğu 10–25 mm tökülən yumurtavari və yaxud ellipsvaridir. Giləmeyvələri şar formasında qara rəngdə göyümtül xətlə əhatə olunmuşdur. Tam yetişmiş meyvələri qırmızı rəngdə olur. Bitki iyun–iyul aylarında çiçək açır, avqust–sentyabrda meyvə verir.

Mərcangilə Azərbaycan ərazisində Böyük Qafqazın qərb, Kiçik Qafqazın isə mərkəz və şimal hissələrində yayılmışdır. Bundan başqa bitkiyə çəmənliklərdə, açıq yerlərdə, meşələrin dağlıq hissələrində, eləcə də kəsilmiş meşə sahələrində rast gəlmək olur. Bəzən sıx cəngəlliklər əmələ gətirir.

Kimyəvi tərkibi. Giləmeyvəsinin tərkibində 12–17%-ə qədər aşı maddəsi, polifenol birləşmələrindən antosionlar, leykoantosianlar, katexinlər, malvidin və mirtilini flavonoidini qeyd etmək olar. Bundan başqa 7%-ə qədər alma, limon, benzoy, yantar, az miqdarda isə çaxır salisil turşuları təşkil edir. Giləmeyvəsinin tərkibində 0,01–0,10%-ə qədər fruktoza, qlükoza və saxaroza strukturlu şəkərlər aşkar edilmişdir. Bitkinin tərkibində 5–30mq%-ə qədər C vitamini bəzi ədəbiyyatlarda isə hətta 50 mq% göstərilir. (Siroerkovckiy, 1974). Giləmeyvənin tərkibində quru çəki hesabı ilə mq%-lə 0,50mq, 0,80-Ca, 0,21-Fe, 0,17-Mn, 0,09-Si, 0,67-Al makro və mikro elementləri də müəyyən edilmişdir.

Mərcangilənin tərkibində tapılmış şəkərli maddələr, askorbin turşusu, antosion, leykoantosianlar, makro və mikro elementlər və s. onun kefiyyətli, xoş tamlı qida xammalı hesab edilməsinə dəlalət edir.

Bitkinin giləmeyvəsinin tərkibində tapılan benzoy (vaksinin) onun antiseptik xüsusiyyətlərə malik olduğunu göstərir. Bundan başqa bitkidən 0,04 mq%, 1,6 mq% karotin və s. də aşkar edilmişdir. Yarpaqlarının tərkibində isə 20 %-ə qədər aşı, 1 %-ə qədər amorf formalı mirtilin, 2 %-ə qədər neomirtilin-C, flavonoidlərdən isə kversetin və kimyəvi quruluşları məlum edilməyən digər maddələr, 250 mq%-ə qədər askorbin turşusu aşkar edilmişdir.

Farmakoloji xüsusiyyətləri. Eksperimental və kliniki məlumatlar.

Mərcangilənin giləmeyvə və yarpaqlarından hazırlanan dəmləmələrdən, cövhər və şirələrdən elmi təbabətdə və xalq təbabətində müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edirlər. Mərcangilədən hazırlanan preparatlardan mədə-bağırsaq pozuntularında, ishal (xüsusən də uşaqlarda), ağrıkəsici, anemiyada (qanazlığında), gözün görmə qabiliyyətinin artırılmasında (ekstrokolit) və s. xəstəliklərin müalicəsində işlədilir. Yarpaqlarının tərkibində çoxlu miqdarda neomirtilin qlikozid olduğuna görə qanda şəkərin miqdarının azaldılmasında, babasil qanaxmalarında, böyrək və sidik kisəsində olan daşların əridilməsində tətbiq edilir. M.A.Nosal (1959) qeyd edir ki, mərcangilə giləmeyvəsilə çiyələk meyvəsinin qarışığından hazırlanan dəmləmə və cövhərlə böyrək daşlarının tökülməsində və eləcə də kəskin ağrının qarşısının alınmasında daxilə qəbul edilir. Tibbi ədəbiyyatlarda qeyd edilir ki, elmi-tədqiqat tibb institutlarında, universitetlərdə və klinkalarda aparılan təcrübələr zamanı müəyyən edilmişdir ki, mərcangilənin meyvələrindən hazırlanan preparatların köməyi ilə şəkərli diabetin qarşısının alınması və onun əmələ gəlməsinin müddətinin uzaldılması, yuxarı tənəffüs yolları xəstəliklərində müsbət rol oynayır. M.A.Nosal və İ.M.Nosal qeyd edirlər ki, mərcangilənin giləmeyvələrini həm təzə halda, həm də isladılmış formada qəbul etdikdə mədə-bağırsaq sistemində baş verən həzm pozuntularını aradan qaldırmaq olar. Mərcangilənin meyvəsinin və eləcə də yarpaqlarının tərkibində A, P, C, A vitaminləri, pektin, makro və mikro elementlərin olması onun müalicəvi və qida keyfiyyətlərini artırır.

Xalq təbabətində onun giləmeyvələrindən hazırlanan dəmləmə, cövhər və şirələrdən bakterisid, sidikqovucu, daşsalıcı, mədə turşularında və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Belarus tədqiqatçısı D.K.Şapiro və N.İ.Mansevoda mərcangilənin giləmeyvəsinin şirəsinin tərkibinə şəkər qatmadan konservləşdirilmiş məhsulunun hazırlanma texnologiyasını elmi əsaslara işləyib hazırlamışlar. Həmin qiymətli müalicəvi təsirə malik yeni məhsulun Rusiya Tibb EA Qida İnstitutunda «müalicəvi qida» kimi istifadə olunmasını təklif etmişlər.

Mərcangilədən müalicə preparatının hazırlanması.

Artırit, duz yığılmalarının kəskinləşməsi zamanı. 1 stəkan qaynar suya stəkanın yarısı qədər xırdalanmış və yaxud isladılmış mərcangilə meyvəsi töküb 10 dəqiqə qaynadın. Alınan kütləni iki yerə bölüb səhər və axşam yeməkdən sonra yeyin.

Rematizm zamanı. 1 stəkan təzə və yaxud isladılmış qaragilə giləmeyvəsinə əzib 3 stəkan qaynar suya töküb qaynama dəpəcəsinə gətirin və 20 dəqiqə dəmləyib süzün. Sonra 4 hissəyə bölüb üzərinə azca bal əlavə edib bütün günü yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicə kursunun ildə 2 dəfə, hər dəfə 2 ay aparılması məsləhət görülür.

Böyrək və sidik kisəsi soyuqdaymələrində. 4 xörək qaşığı əzilmiş giləmeyvədən götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya töküüb, 10 dəqiqə ağzını bağlayıb dəmləyin və süzüb, alınan cövhəri qəbul edin. Müalicə kursu xəstəliyin dərəcəsinə asılı olaraq 2 həftədən 2 aya qədərdir.

Qastirit və turşuluğun aşığı düşməsi zamanı. Bunun üçün gün ərzində stəkanın 1/2 hissəsi qədar təzə və yaxud 1 stəkan isladılmış qaragilə giləmeyvəsi yemək məsləhətdir. Bundan başqa qaragilə giləmeyvəsindən hazırlanan müəbbədən istifadə etmək olar.

Hipertoniya zamanı qan təzyiqini nizama salmaq üçün. 2 xörək qaşığı təzə giləmeyvəsindən götürüb 0,5 litr arağın üzərinə töküüb sonra 1 stəkan şəkər tozu əlavə edib 3 həftə qaralıq yerdə tez-tez çalxalamaqla saxlayın. Aldığımız cövhərdən gündə 1 dəfə 4 xörək qaşığı yeməkqabağı qəbul edin.

Panos zamanı. 1 stəkan qaynadılmış suyun üzərinə 1 xörək qaşığı giləmeyvə və yaxud qurudulmuş yarpağından tökün və 5 dəqiqə qaynadıb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığımız ekstraktın gündə 3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicəni vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər qəbul edin.

Dəm qazı ilə zəhərlənmə zamanı. 2 stəkan qaragilə giləmeyvəsi və 1 stəkan qusüzümü götürüb özib 2,5 stəkan suyun üzərinə töküüb 2 saat dəmləyib süzün. Sonra aldığımız ekstraktın gündə 6 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicəni vəziyyətiniz normal hala düşənə qədər qəbul edin.

Qaragilə meyvəsinin yarpağından müalicəvi preparatın hazırlanması. Qaragilə meyvəsinin yarpaqları da qiymətli müalicəvi təsirə malik hesab edilir. Yarpağından hazırlanan dəmləmə və çaylarından sistit, sidik kisəsi xəstəliklərində, podaqra, ostexondroz, ödqovucu və büzüşdürücü vasitə kimi istifadə edilir.

Revmatizma, böyrək və sidik kisəsi soyuqdaymələrində: 3–4 çay qaşığı yarpaqlarından götürün və 1/2 stəkan qaynar suya töküüb su hamamının üzərinə qoyub 20 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. Aldığımız ekstraktı bərabər hissələrə bölüb, gün ərzində qəbul edin.

Gecələr sidiyin saxlanmaması zamanı. 1 xörək qaşığı qaragilə giləmeyvəsi ilə yarpağının qarışığından, 2 xörək qaşığı darı otundan götürüb qarışdırın. Qarışığın üzərinə 3 stəkan qaynadılmış isti su tökün və odun üzərinə qoyub 10 dəqiqə qaynadıb süzün. Sonra aldığımız ekstraktı 3 bərabər hissəyə bölüb gündə 3 dəfə qəbul edin.

Mədədə xərçəng ağrılarınin sakitləşdirilməsində. 1 xörək qaşığı narın hissəyə salınmış quru yarpağından götürüb 2 stəkan həcmində qaynar suya tökün, su hamamında 15 dəqiqə qaynadın. Sonra götürüb 1 saat dəmləyin və süzüb gündə 3 dəfə yeməkqabağı qəbul edin.

Diqqət! Mədə və onikibarmaq bağırsaqlarda olan yaraların, yüksək turşuluğun qarşısının alınmasında, eləcə də böyrək və sidik kisəsində olan daşların əridilib orqanizimdən kənar edilməsi zamanı mərcangilənin təzə və isladılmış meyvəsindən yemək məsləhət görülür.

Mərcangilənin giləmeyvəsi yetişən dövrlərdə gündə 1 stəkan normal qatılıqda olan meyvə ekstraktından yesəniz, sizin qış boyu səkəm, qrip və digər xəstəliklərdən şikayətiniz olmaz.

Mərcangilənin giləmeyvəsindən hazırlanmış mürəbbəyə bal qatıb uzun müddət yesəniz, siz heç vaxt vərəm xəstəliyinə tutulmazsınız.

Şəkər xəstəliyindən qorunmaq üçün mütəmadi olaraq mərcangilə giləmeyvəsi yeməklə yanaşı onun şirəsindən də istifadə edin.

Giləmeyvəsinin tərkibində kifayət qədər amosian, flavonoid, şəkər, pektin, vitamin kompleksi, makro və mikro elementlərin olması onun yeyinti və yüngül sənayenin müxtəlif sahələrində istifadə olunma imkanlarını artırır. Mərcangilənin yetişmiş meyvəsindən yeyinti sənayesində — kisel, sirop, müxtəlif sərinləşdirici içkilər, dondurma növləri, mürəbbə, müxtəlif şərablar, likör, cəm, şirniyyat, təbii boyaq və s. hazırlanır.

Biz laboratoriya şəraitində mərcangilənin meyvəsindən və yarpaqlarından boyaq ekstraktı alıb yun, ipək və kağız məmulatlarını açıq çəhrayı, çəhrayı-qırmızı, açıq-qırmızı, bozuntul, zeytunu, tütünü, yaşımtil, bənövşəyi, açıq bənövşəyi, açıq göyümtül, qəhvəyi, qonur, firuzəyi və s. rəng və çalara boyamağa nail olduq.

Novruzçiçəyi — *Primulaceae* fəsiləsi

Novruzçiçəyi və yaxud «paraliç» otu — *Primula*

Sarı rəng — yaradıcı, təbiətin gücü, əzəmətli günəş, torpağın istisi, yazın ilk çiçəyi — sarı novruzçiçəyi. Çiçəyin gövdəsi şanki qızıl suyuna çəkilmiş açara bənzəyir. Novruzçiçəyi bütün xalqların sevgisinə çevrilmişdir. İngilis xalqının qədim ədəbiyyatlarında qeyd edilir ki, onun çiçəkləri insanları şeytan, cin və s. qorxunc məxluqlardan qoruyur. Aylı yaz gecəsində çəmənləyə gəzməyə çıxsan, hökmən novruzçiçəyinin yarpaqlarında sayı bilinməyən şəh damcılarının incə xoş səsinə eşidəcəksən. Bu vaxt siz çiçəkdən nə xahiş etsəniz o dəqiqə ona nail olacaqsınız. Qədim yunanlar novruzçiçəyi ilə bir sıra qorxunc xəstəlikləri müalicə edirmişlər. Ona görə də bitkiyə «12 allahın çiçəyi» adı verilmişdir. Qədim dövrün təbibləri bir çox xəstəlikləri o, cümlədən paraliç vurmuş insanları bitkidən hazırladıqları preparatlarla məhərətlə müalicə etdiklərinə görə novruzçiçəyini «paraliç otu» da adlandırırlar. Uzaq səyahətə çıxanlar həmişə yanlarında novruzçiçəyi gəzdirmişlər. İnsanlar novruzçiçəyini o qədər sevirmişlər, hətta onlardan gül dəstələri düzəldib sevdikləri qızlara və yaxın qohumlarına hədiyyə

edirmişlər. Müxtəlif ölkələrin xalqları novruzçiçəyini — yazıq, yaz, bahar çiçəyi, dağ çiçəyi və s. adlarla adlandırmışlar.

Novruzçiçəyinin dünya florasının tərkibində 600-ə qədər növü yayılmışdır. Bu növlərdən 60-a qədəri Rusiya ərazisində, 23-ü Qafqazda, o cümlədən 8-i isə Azərbaycanda rast gəlinir. Novruzçiçəyi növləri çox gözəl görünüşə malik olduğundan insanlar onu yaşadıkları binaların ətraflarında, bağ və baxçalarında əzizləyə-əzizləyə əkib becərirlər. Novruz çiçəyi iri, parlaq, sarı, narıncı ləçəklərdən ibarət olub insana xoş təsir bağışlayr. Çiçəkləri beş ləçəkdən ibarət, hamaşçiçəkləri çətir formasında olub əks tərəfə yönəlmişdir.

Bitkinin çiçəyinin tərkibindən triterpenlər, saponinlər, qlikozidlər, flavonoid maddələri, askorbin turşusu, karotin, qan yaradıcı makro və mikro elementlərinin zəngin kompleksi aşkar edilmişdir. Bundan başqa kökünün tərkibindən 5–10%-ə qədər saponinlər, 0,08% efir yağı, qlükozidlərdən — primularverin (primulaverozid)- $C_{20}H_{28}O_{13}$, primulaqenin — $C_{30}H_{50}O_3$, yarpaqlarının tərkibindən 2%-ə qədər saponin, 3 mq%-ə qədər karotin və s. aşkar edilmişdir. Bitkinin yarpaqlarından 5%-ə qədər, çiçəklərindən 6%-ə qədər quru çəki hesabı ilə askorbin turşusu tapılmışdır. Bir sıra xalqların mətbəxlərində novruzçiçəyindən dadlı, tamlı və ləzzətli xörək növləri hazırlayırlar. Hal-hazırda dünyanın bir çox ölkələrində novruzçiçəyindən yaz ədviyyatları, yaşıl salat növləri hazırlayırlar. Bir ədəd novruzçiçəyi yarpağı insanın bir gündə C vitamininə olan tələbatını ödəyir.

Novruzçiçəyindən hələ çox qədim dövrlərdən başlamış hal-hazırkı dövrə kimi xalq təbabətində ağ ciyər, uzun sürən öskürəyin, xroniki və kəskin bronxit, böyrək və sidik kisəsi xəstəliklərinin, orqanizmin müqavimətinin gücləndirilməsində, vitamin çatışmazlığının aradan qaldırılmasında, qanazlığında, bronxial astmanın, xroniki qəbizliyin, müalicəsində geniş istifadə edilir. Bundan əlavə novruzçiçəyindən hazırlanan preparatlarla daha bir sıra xəstəliklərin, o cümlədən də nevroziya, nevrozun, aybaşı pozuntularında, ağır keçən klimaksların, orqanizmin zəifləməsinin, əzginliyin, iştah pozuntularının, paradontozun aradan qaldırılmasında və s. xəstəliklərin müalicəsində işlədilir. Bitkidən hazırlanan preparatlardan ən çox əsəb gərginliyindən əziyyət çəkənlər tez-tez həyəcan keçirənlər, iqlim dəyişmələrinə və miqrən ağrılarına məruz qalanlar istifadə edirlər.

Novruzçiçəyindən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Avitaminoz, ağır keçən xəstəliklərdən sonra, immunitet zəifləməsində, yuxusuzluq, revmatizm, padaqra zamanı. Qurudulmuş yarpaqlarından çay kimi dəmləyib gündə 3 dəfə için.

Maddələr mübadiləsinin yaxşılaşdırılmasında. Novruzçiçəyi ilə mi-naçiçəyindən bərabər miqdarda otürüb 2 xörək qaşığı 2 stəkan qaynar suya töküb 15–20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktıdan götü-

rüb bütün günü qurtum-qurtum qəbul edin. Bununla siz maddələr mübadiləsinə yaxşılaşdırmaqla yanaşı bütün soyuqdəymə proseslərinin də qarşısını ala bilərsiniz.

Görmə qabiliyyətinin yaxşılaşdırılmasında. Novruzçiçəyi gözün görmə qabiliyyətini də yaxşılaşdırır. Bunun üçün 2 xörək qaşığı otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb termosda, 5 saat dəmləyib gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul etməklə yanaşı 1–2 damc gecələr gözünüzdə damızdırın.

Qadın dərisinin cavanlaşdırılması üçün. Dərinin cavanlaşdırılması, regenerasiyasının sürətləndirilməsi, qırıqların, ləkələrin, səpgilərin müalicəsi üçün 5 xörək qaşığı doğranmış novruzçiçəyi, 2 xörək qaşığı andız kökü, 2 xörək qaşığı mahmızçiçəkdən götürüb 0,5 litr araqın üzərinə töküb 1 ay cövhərini çıxartmaq üçün saxlayın. Aldığımız cövhərlə səhər, axşam sifətinizi silin. Bu üsuldən qadınlar hələ bir neçə əsr bundan əvvəl istifadə edirmişlər.

Bundan başqa xalq təbabətində bitkidən alınan dəmləmə və ekstraktlardan qankəsici, yuxugətirici, miqrenin və qəbizliyin müalicəsində geniş istifadə edilir. Bunun üçün 1 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və çiçəklərdən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb, 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığımız cövhərdən gündə 4–6 dəfə 1–2 xörək qaşığı qəbul edin.

1 çay qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 1 stəkan suya töküb qaynama dərəcəsində gətirin və 10 dəqiqə qaynadıb, süzün. Alınmış cövhərdən 1 xörək qaşığı götürüb gündə 3–4 dəfə qəbul edin.

Zeytun — Oleaceae fəsiləsi **İran yasəmən — *Syringa persica***

Yasəmən cinsinin dünya florasının tərkibində 30-a qədər növü yayılmışdır. Bu növlərə ən çox yer kürəsinin Şərqi hissələrində, Asiya qitəsinin (Yaponiya, Koreya, orta və cənub-şərqi Çin vilayətində) rast gəlmək olar. Yasəmən Azərbaycan ərazisində 3 növü mədəni halda bəzək bitkisi kimi əkilib-becərilir. Bir növü *S.persica* yabani halda Talış zonasının ərazilərində təsadüf edilir.

İran yasəmən — *S.persica* bu budaqları bir-birindən aralanmış halda olan, hündürlüyü 1–3 metr cavan kol bitkisidir. Cavan budaqları çıpaqdır. Yarpaqları 2–3 sm uzunluğunda olub hamar və bütövdür. Çiçəkləri açıq-bənövşəyi və yaxud ağımtıldır. Aprel–may aylarında çiçək açır.

İran yasəmənə Azərbaycanın Talış zonasının dağlıq ərazilərində rast gəlmək olar.

Siçəçəkləyən yasəmən — yazın gəlişinin rəmzidir. Yasəmən xoşbəxtlik əlamətidir. Əgər siz 5 və yaxud çoxləçəkli çiçək bitkisi tapsanız tez onu yeyin ki, ürəyinizdə nə arzu tutmuşsunuzsa həyata keçsin.

Axtarın sizə «xoşbəxtlik» gətirən ağ çiçəkli yasəmənini.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçək, tumurcuq və yarpaqlarını yayın birinci yarısında toplayırlar. Yaxşı qurudulmuş xammal öz keyfiyyətini itirmədən 2 ilə qədər qala bilər.

Yasəməndən hazırlanan preparatlarla mikrob əleyhinə, yaraların sağaldılmasında, soyudqəymədə, istiliyin aradan qaldırılmasında, tərğətirici, bəlgəmgətirici, sakitləşdirici, qıcıqlanma, şəkəri azaldan və ağrıkəsici vasitə kimi istifadə edilir.

Bronxial astmada, pankreas vəzinin fəaliyyətinin arturulmasında, allergiya nəticəsində baş verən dəri xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı təzə tumurcuğundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun, 5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra yarım saat dəmləyin. Aldığınız ekstraktı gündə 3 dəfə yeməkdən əvvəl bir xörək qaşığı qəbul edin.

Revmatizm, radikulit və poliartrit müalicəsində. Bunun üçün yarım-litrlik şüşə butilkanı yarısına qədər yasəmən çiçəkləri ilə doldurub üzərinə dolana qədər araş əlavə edin və 2 həftə qaranlıq yerdə saxlayıb sonra süzün. Aldığınız cövhərdən 30 damcı götürüb, az miqdar suya töküüb gündə 3 dəfə qəbul edin. Bu cövhərlə axşamlar ağrıyan damarları silin. Müalicə kursu 3 aydır.

Yasəməndən revmatizm və artrit üçün mazın hazırlanması. 1 xörək qaşığı qurudulmuş hissəsindən götürüb, 1 xörək qaşığı kərə yağı ilə qarışdırıb, aldığınız qarışığı soyuducuda saxlayın. Axşamlar mazi xəstə damarlara sürtün.

Böyrək soyuqdaşmalarında və böyrək daşlarının tökülməsində. 2 xörək qaşığı təzə yarpaqlardan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb qaynama dərəcəsinə gətirin və 2 saat dəmləyib süzün. Sonra aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış 1 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu 2 həftədir. 2 həftə itsirahət verdikdən sonra müalicəni davam etdirin. Müalicə müddəti 3–4 kursdur.

Epilepsiya zamanı (əlavə kömək kimi). 1 çay qaşığı təzə çiçəyindən götürüb 20 dəqiqə dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 0,5 stəkan qəbul edin.

Tromboflebit zamanı. Kəsik və yaraları müalicə etmək üçün təzə yarpağından hazırlanmış sıyıqdan götürüb xəstə olan nahiyələrə yaxıb bağlayın. Birinci iki gün sarğıni gündə 2 dəfə dəyişin. Ertəsi günü isə 1 dəfə dəyişin.

Miqren zamanı. Təzə yasəmən yarpağından götürüb alın nahiyənizə düzüb tənzip ilə sarıyın. Sarğıni təzə halda hər 2–3 saatdan bir dəyişin.

Diqqət! Bitkinin bütün hissəsi az zəhərli olduğundan bitkidən müalicə məqsədləri üçün götürülən xammalın miqdarına ciddi fikir verin.

Zeytun cinsinin dünya florasının tərkibində 60-a qədər növü yayılmışdır. Bu növlərin əksəriyyəti yabanı, həmişəyaşıl ağac və kol bitkiləridir (A.Q.Borisova, 1952; S.İ.Petyev 1960; W.B.Turrill, 1951).

Zeytun — *Olea* dünyanın tropik və subtropik zonalarının əsasən dağlıq ərazilərində yayılmışlar. Bütün yabanı növləri həmişəyaşıl ağac və kol bitkiləridir. Mədəni halda ancaq *O.europaea* növü məlumdur. Bu mədəni növün yabanı vəziyyəti məlum deyildir. Zeytun cinsi — *Olea* Afrika, Ərəbistan yarımadasında, İran, Hindistan, Qərbi Çin, Avstraliya, Asiya və s. ərazilərdə təsadüf edilir.

Zeytun — *Olea europaea* bu həmişəyaşıl 3–7 m, nadir hallarda 10–12m hündürlükdə olan ağacdır. Bəzi hallarda gövdəsinin diametri 2 m-ə qədər olur. Aşağıda yerləşən budaqlar tikanlı və yaxud tikansız olur. Yarpağının kənarları bütöv 3–8 sm uzunluğa, 1,5 sm enə malikdir. Yarpaqlar budaqların üzərində tökülmədən 2–3 ilə qədər qalır. Çiçəkləri ağıntılı, xırda, mürəkkəb çiçək qrupuna aid olub qoltuqda, nadir hallarda gövdənin qurtaracağına salxımvari yerləşmişdir. Meyvəsi yedəkli, yumurtavari və yaxud ovalvaridir. Zeytunun yetişmiş meyvələri — qaramtıl, qırmızı, bənövşəyi rəngdə olduğu halda bir neçə sortunun meyvələri ağ rəngdə olur. Meyvənin lət hissəsi bütün meyvənin 75–86%-ni təşkil edir. Zeytun uzun ömür sürən ağacdır. Tarixi mənbələrdə qeyd edilir ki, zeytun 1500 ilə qədər yaşayır.

Zeytunun ən geniş əkin sahələri Orta Aralıq dənizi ətrafı ölkələrinin dənizə yaxın ərazilərini əhatə edir. Zeytunun təsvirini işləyib hazırlayarkən S.İ.Petyev əsasən mədəni halda becərilən növ və sortlarını meyvələrinin formasına, iri və kiçikliyinə görə əsas götürmüşdür.

Mədəni zeytunun mənşəyi haqqında mübahisəli fərziyyələr mövcuddur. Bir sıra botaniklər əsasən *O.oleaster* növündən, digərləri isə onun *O.chryzophyll*-dan götürüldüyünü qeyd edirlər.

Bitki növləri arasında müalicəvi əhəmiyyətinə görə, öncül yerlərdən birini zeytun tutur. Zeytunun əmələgəlmə tarixi yeni mənşəyi çox qədim tarixə malikdir. O, hələ eramızdan 2500 il əvvəl misirlilər tərəfindən becərilmişdir. Ümumiyyətlə bu bitkiyə qədim dövrlərdə böyük maraq vardır. Aralıq dənizi ölkələri xalqlarının həyatı bilavasitə zeytunla sıx bağlı olmuşdur. Hal-hazırda da İspaniya, İtaliya, Yunanıstan və s. ölkələrdə zeytun geniş plantasiyalar şəklində əkilir. Zeytun əsasən subtropik qurşağın əlverişli sahələrində bitdiyi üçün Azərbaycan, Gürcüstan, Krım, Türkmənistan, Krasnodar və s. yerlərdə də geniş becərilir. Əsasən Abşeronu nə vaxt gətirilib? Bəzi mənbələrdə qeyd edilir ki, bu qiymətli bitki respublikamıza XVIII–XIX əsrlərdə Şamdan və Türkiyədən gətirilib. Abşeron üçün səciyyəvi olan bu bitkinin yaxın tarixdə gətirilməsini inkar edən mənbələrdə göstərilir ki,

Azərbaycanın özü elə zeytunun vətənlərindən biridir. Qədim yunan tarixçisi və coğrafiyaşünası Strabon 2000 il öncə Azərbaycanda olarkən, Abşeronda becərilən zeytun ağaclarını yüksək dəyərləndirmişdir.

Bəs zeytunun bu qədər yüksək qiymətləndirilməsi hansı amillərlə ölçülür? Həmişəyaşıl yarpaqlı zeytun ağacı güclü küləklərin, yağışların, zəhərli və çirkli hava cərəyanlarının, duzluğun və digər mənfi amillərin təsirindən qoruna bildiyi üçün onun bu xüsusiyyətlərindən dekorativ bəzək bitkisi kimi istifadə edilir. Qiymətli oduncağa malikdir, məhsuldardır, müalicəvi əhəmiyyətlidir. Biz ən çox sonuncunun üzərində dayanacağıq.

Zeytun meyvəsinin lət hissəsində 34–78, toxumunda isə 25–30 faiz keyfiyyətli piyli yağ vardır. Zeytun yağı olan qliseridlərinin çox (80 faiz) olması ilə digər bitki yağlarından fərqlənir. Bundan əlavə linol, palmitin (10 faiz), stearin (5–8 faiz), araxis və başqa yağ turşuları, həmçinin, skvalen karbohidrogen, sterin və s. aşkar edilmişdir. Tərkibindəki alifatik turşular iqlim şəraitindən asılı olaraq kimyəvi tərkiblərini dəyişir. Meyvələrindən yağ istehsal edilir və bu yağdan iaşədə, konserv sənayesində, təbabətdə işlədilir. Ondən müxtəlif sabun və kosmetik vasitələr, vitaminli konsentratlar, dərman preparatları hazırlanır, meyvəsinin tullantılarından mal-qara üçün qiymətli jümix əldə edilir.

Xalq təbabətində olduğu kimi elmi təbabətdə də xeyli müddətdir ki, zeytun faydalı dərman bitkisi kimi istifadə olunur. Bu məqsədlə onun meyvəsi, yağı və yarpağı çox yararlıdır. Belə ki, zeytun yağı mədə-bağırsağ və öd kisəsi xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Yarpaq və meyvəsində fiton-sidlər olduğundan mikroblara öldürücü təsir göstərir. Zeytun yağı revmatizm, yanıqlarda, göz xəstəliklərində qədim dövrlərdən bəri işlədilir. Son illər ürək-damar xəstəliklərində, xüsusən hipertoniya da dəmləmə və duru spirtli ekstrakt şəklində qəbul edilir. Tam yetişmiş meyvələrindən alınmış yağ bir sıra dərman preparatlarının, ən çox da yanq məlhəmlərinin və iynə dərmanlarının tərkibində yarasəaldıcı, iltihab götürücü və ağrıkəsici dərman kimi istifadə olunur. Oynağ ağrılarında, o cümlədən duzlaşmadan irəli gələn müxtəlif orqanların xəstəliklərində zeytun yarpaqları dəmləməsi təsirli dərman sayılır. Bunun üçün 80–100 ədəd zeytun yarpağını dərrib 3 litrlik şüşə balona tökür (soyuq suda yuduqdan sonra) və üzərinə həmin miqdarda qaynar su əlavə edib 10 gün müddətinə qaranlıq yerdə saxlayırlar. Gündə 3 dəfə olmaqla, hər dəfə 0,5 stəkan daxilə qəbul edilir. Şər q təbabətinə görə, iştahını və cinsi meyli artırmaq üçün yetişmiş zeytun meyvəsi yaxşı vasitədir. O, həzm sisteminin fəaliyyətinə də kömək edir və mədəni qüvvətləndirir. Yarpağından hazırlanan dəmləmə öskürəyin, zökəmin müalicəsində xeyirlidir. Yetişməmiş meyvəsindən hazırlanan təpitməsi başdakı qovağı (kəpəyi) təmizləyir.

Qaraciyər, öd daşı və böyrək sancmalarında zeytun yağı faydalıdır. Yaşıl zeytun ağacının qatranı hafizəni möhkəmləndirir. Dəri xəstəliklərində budağını yandırır, əmələ gələn mayeni lazım olan yerə sürtüb müalicə edirlər. Yarpağından alınan şirəsi bədən ağrıları və daxili qanaxmalarda imalə kimi işlədilir. Bu, qızdırma və qan təzyiqinə də xeyirlidir. Duza qoyulmuş zeytunu çox yedikdə adamı arıqladır və yuxusunu pozur.

Son 50 ildə respublikamızda zeytunçuluq sürətlə inkişaf etmişdir. Lakin müstəqillik qazanandan sonra bir sıra sahələrdə gerilik baş verdiyi kimi bu xoşagəlməz hadisə zeytunçuluğa da çox ziyan vurmuş və vurmada. Hər gün göbələk kimi «dombalıb» çıxan uca binaları tikən işbazlar zeytun bağlarını kəşib məhv edir və yerində plansız surətdə binalar tikərək ekolojiyanı korlayırlar.

Acıçiçəklilər — *Gentianaceae* fəsiləsi

Sarı acıçiçək — *Gentiana lutea*

Dünya florasının tərkibində acıçiçək cinsinin 400-ə qədər növünə rast gəlmək olar. Bu cinslərin əksəriyyəti birillik və çoxillik ot bitkiləridir. Acıçiçəyin Qafqazda 28, o cümlədən Azərbaycanda 14 növü yayılmışdır.

Bu cinsin müalicə məqsədləri üçün istifadə olunan əsas növlərindən biri sarı acıçiçək — *G.lutea* növü hesab edilir.

Sarı acıçiçək — *Gentiana lutea*. Bu hündürlüyü 120–140 sm olan yoğun (3 sm) kök və çoxlu başcıqdan ibarət kökümsova və yan kökə malik çoxillik ot bitkisidir. Çox iri 25 sm uzunluğunda qarşı-qarşıya düzülmüş, yerləşən yarpaqları oturacaqdır. Bitkinin birinci və ikinci ili rozett yarpaqları inkişaf etdiyi halda, 3–4-cü ili gövdə hissəsi inkişaf etməyə başlayır.

Çiçəkləri sarı rəngdə, çiçək tacı 2 sm olub yarım çətirvari formada gövdənin yuxarisında yarpaqların qoltuq hissəsində yerləşirlər. Meyvəsinin uzunluğu 6 sm olan qutucuqdur. Toxumlar xrdə yastıdır. Bitki iyun–iyul ayları çiçək açır, sentyabrda toxum verir.

Azərbaycan florasının tərkibində bu bitkiyə rast gəlinmir. Ancaq toxumu vasitəsilə çoxaldılır. Toxumu ikinci ili cücərtir.

Respublikamızın ərazisində rast gəlinən — *G.cruciata*-dır. Bitkinin kök və kökümsovunun tərkibindən acımtıl iridoid qlükozidi (1,5–2%) qensiopikrin 0,1%, qensin, amaroqentin, amarosverin, amaropanin, gensiamarin, gensuakaymol, trisaxarid gensiyanozu, 0,35–0,6% gensiyanidin, 0,1% ksanton-gensizin, gensiosterin askorbin turşusu, flavonoid maddələri, katexin və s. maddələr aşkar edilmişdir. Təsiredici maddələr və ferment mədə-bağırsaq sisteminin fəaliyyətinin nizamlanmasında böyük rol oynayır.

Bitkinin kök və kökümsovlarının tərkibindən 3,82% kül, mq/q olmaqla K-10,40, Ca-3,80, Mg-1,60, Fe-0,20 makroelementlər, mkq/q olmaqla Mn-

0,17, Cu-0,63, Zn-0,69, Mo-0,60, Cr-0,38, Al-0,09, Ba-0,65, V-0,02, Se-6,00, Ni-0,54, Sr-0,08, Pb-0,05, B-55,60 və s. mikroelementlər aşkar edilmişdir.

Müxtəlif ölkələrin xalq təbabətində acıçiqəkdən hazırlanan dəmləmə və cövhərlərdən iştahartırıcı, həzmi yaxşılaşdırıcı, gastrit, kolit, yanığ, po-daqra və artrit müalicəsində istifadə edilir. Müalicə məqsədləri üçün bitkinin qurudulmuş kök hissəsindən istifadə edilir. Yaxşı qurudulmuş kök hissəsi 3 il tərkibini itirmədən müalicə qabiliyyətini saxlayır.

Kökündən hazırlanan preparatların köməyi ilə bakterisid, soyuqdəymə, yarasagaldıcı, büzüşdürücü, ödqovucu, zəif işlədici, oturaq sinir və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir.

Qastrit zamanı. 1 çay qaşığı acıçiqək otunun doğranmış kökünü həmin miqdarda boymadərən və qızılşəbətə qarışdırın. Sonra qarışığı 3 stəkan soyuq suya tökün və qaynama dərəcəsinə gətirib 10 dəqiqə zəif od üzərində saxlayıb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 4–5 dəfə yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin.

Mədə qıçqırması zamanı. Bunun üçün 0,5 stəkan doğranmış kök hissəsini götürüb 0,5 litr qırmızı çaxırın üzərinə töküb, 10 gün müddətində dəmləyin. Sonra süzüb hər gün 50 q cövhərdən götürüb yeməyə 10–15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

İştahsızlıq və həzm pozuntuları zamanı. Doğranmış kök hissəsindən hazırlanan tozundan az miqdarda götürüb su ilə qəbul edin.

Daryarpaq sarmaşığı — *Convolvulus arvensis*

Sarmaşığın dünya florasının tərkibində 190-dan artıq növü yayılmışdır. Bu növlərə ən çox Orta Aralıq dənizi ölkələrində rast gəlmək olar. Qafqazda 10, o cümlədən də Azərbaycanda 8 növünə rast gəlmək olar. Otsarmaşığı cinsinin 3 növündən: daryarpaq sarmaşığı — *Convolvulus arvensis*, çöl sarmaşığı — *C.persicum* və İran otsarmaşığı — *C.persicum*-dan təbabətdə istifadə edilir.

Botaniki xarakteristikası. Daryarpaq sarmaşığı çoxillik ot bitkisi olub boz və ya gümüşü rəngdədir. Gövdəsi qol-budaqlı olub üzəri məxməri tük-lərlə örtülüdür. Yarpaqları uzunsov-ellepsşəkilli və ya uzunsov lansetşəkilli-dir. Çiçəkləri gövdə üzərində tək-tək yerləşərək çəhrayı rəngdədir. Meyvəsi yumurtayaoxşar qutucuqdan ibarətdir.

Daryarpaq sarmaşığı Azərbaycanın Quba–Xaçmaz zonasında, Lənkəranın dağlıq ətkələrində, Talışda, Naxçıvan ərəzindən başalayıb, orta dağ qurşaqlarına kimi quru daşlıq və qayalıq yerlərdə, çay kənarlarında, səhralarda geniş yayılmışdır.

Çöl sarmaşığı gövdəsinin ağaca sarılması və üçkünc yarpaqlarının qaidəsinin ürəkvari olması ilə fərqlənir. Azərbaycanda geniş yayılmışdır. İran otsarmaşığı isə yarpaqlarının girdə-ellipsşəkilli və çiçəklərinin ağ rəngdə olması ilə fərqlənir. O, Xəzər dənizinin qumlu sahillərində daha geniş yayılmışdır.

Kimyevi tərkibi. Aparılan tədqiqatlara görə tüklü sarmaşığın — *C.subhirsutus*, *C.arvensis* otundan və toxumlarının tərkibindən 0,5%-ə qədər konvolamin və konvolvin alkaloidləri aşkar edilmişdir.

Tibbi əhəmiyyəti. Elmi təbabətdə hər 2 alkaloidin törəmələrindən istifadə edilir. Bunlar yerli akestitik və xolinolitik təsirə malikdir. Belə törəmələrdən anestetik maddə kimi istifadə olunan konsokaum, parkinson və sayə əzələlərin spazması zamanı istifadə edilir.

Xalq təbabətində sarmaşığın qurudulmuş köklərindən və kökümsovundan kərə yağında məlhəm hazırlayıb revmatizmdə ağrıkəsici dərman kimi istifadə edilir. Bundan başqa onun yaşıl hissələrini doğrayıb xırda hala salıb inək südündə qaynadır, sonra üzərinə buğda unu əlavə edib bişirirlər. Nəticədə alınan məlhəməbənzər kütlədən irinli dəri yaralarının müalicəsində sürtmə dərman kimi istifadə edilir.

Dodaqçiçəklilər — Lamiaceae fəsiləsi **Qafqaz bozaqgülü — *Phlomis caucasica***

Azərbaycanda *Phlomis* cinsinin 6 növünə təsadüf edilir. 2 növü Qafqaz bozaqgülü — *Phlomis caucasica* və tikanlı bozaqgülü — *Ph.pungens* növlərindən təbabətdə istifadə olunur.

Botaniki xarakteristikası. Qafqaz bozaqgülü 20–25 sm hündürlükdə çoxillik ot bitkisidir. Rozet və gövdənin aşağı hissələrindəki yarpaqları uzunsov-lansətşəkilli, mişardışlidir, təpə hissəsi kütüdür, qaidəsi azca ürəkvaridir. Gövdəsinin yuxarısındakı yarpaqları ensiz, lansətşəkillidir. Meyvəsi qara-qonur rəngli findıqçıqlardan ibarətdir. Bitki iyun–iyul aylarında çiçəkləyir, meyvələri avqust–sentyabrda yetişir.

Tikanlı bozaqgülü — *Ph.pungens* hündürlüyü 30–35 sm olan çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi sadə olub üzəri ulduzvari tüklərlə örtülmüşdür. Aşağıda yerləşən yarpaqları uzunsov-lansətvari, yuxarıda isə kələ-kötür sıx tüklərlə örtülü olduğu halda, alt hissəsi ağ tüklərlə örtülmüş və yaxud keçəvari formasındadır. Çiçəkləri ikidodaqlı qırmızı-bənövşəyi rəngdə olub süpürgə formasındadır. May–iyun aylarında çiçək açır, iyul–avqustda meyvə verir.

Bitki Azərbaycanda Kür–Araz ovalığında, Naxçıvan MR-ın aşağı dağ ətkələrindən başlayaraq yuxarı dağ qurşağına kimi (2000 metrə qədər)

sahələrdə yayılmışdır. Bundan başqa bozaqgülünə quru qayalıqlarda, daşlıq sahələrdə rast gəlmək olar.

Kimyəvi tərkibi. Qafqaz bozaqgülü otunun tərkibində 0,09% qlükozid təbiətli maddələr, 4,2% aşı maddələri, 0,46% üzvi turşular, 94–100 mq% askorbin turşusu, yarpaqlarında çoxlu miqdar alkaloid maddələri, kumarinlər, kök hissəsində isə saponin aşkar edilmişdir.

Tibbi əhəmiyyəti. Dərman məqsədilə hər 2 növün yerüstü hissələrindən istifadə edilir. Çiçək açan dövrdə toplanıb açıq havada qurudulur və istifadə edilir.

Dəmləməsi əsəb xəstəliklərində sakitləşdirici təsir göstərir. Xalq təbabətində yuxarıda göstərdiyimiz hər 2 növ bozaqgülü çay kimi də işlədilir. Tikanlı bozaqgülü dəmləməsindən «qanazlığında, vərəm xəstəliyində, revmatizmdə istifadə edilir.

Bitkidən xalq təbabətində həmçinin büzüşdürücü, soyuqdəymədə, yarasəaldıcı, qankəsici, ödqovucu, istiliksalıcı vasitə kimi də işlədilir. Dəmləmə və spirtdə çıxarışından isə xroniki qəbizlikdə, mədə yaralarında, bronxitdə, ağciyər vərəmində, orqanizmin zəifləməsində geniş istifadə edilir. Kökündən alınmış tozundan yaraların üzərinə tökdükdə tez sağalma gedir.

Dərman mərcanotu (Nəmgül) — *Betonica officinalis*

Dünya florasının tərkibində mərcanotunun 15 növünə rast gəlmək olar. Bunlar çoxillik ot bitkiləri hesab edilir.

Dərman mərcanotu — *B. officinalis*. Bu gövdəsinin hündürlüyü 40–100 sm olan qısa kökümsova malik, çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları uzunsov, yumurtavari, kənarları mişarşəkili olub, 13–15 sm uzunluğunda, eni isə 4–5 sm olub, qısa saplaqlıdır. Çiçəkləri oturaq 10–12 süpürgə formasında sıx sünbülvari hamaşçiçək qrupunda toplanmışdır.

Dərman mərcanotuna Quba–Qusar zonasında, orta dağ qurşağından supalp dağ çəmənliklərinə qədər hər yerdə rast gəlmək olar.

Çox vaxt mayın axırı meşə sahələrində kolluqlarda, dağ yamaclarında qırmızı rəngli «sünbülvari» çiçəkləri açılmağa başlayır. Xalq arasında mərcanotuna çöl sürvəsi (şalfeyi) deyirlər. Ən çox Quba və Qusar zonasında təsadüf edilir.

Mərcanotunun tam çiçək açan dövründə toplanan ot hissəsindən çox qədim dövrlərdən xalq təbabətində geniş istifadə edilmişdir.

Qədim ərəblər mərcanotundan hazırlanan preparatların köməyi ilə ağ ciyər, revmatizm, sistit xəstəliklərini, Çində isə baş və diş ağrılarını müalicə edirmişlər.

Böyük rus sərkərdəsi Suvorov özünün yazdığı «Elmin qələbəsi» əsərində qeyd edir ki, mədənin normal işləməsi üçün hökmən mərcanotu çayı için.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçək açan dövründə toplanan ot və kök hissələrindən istifadə edilir.

Tam çiçək açan zaman ot hissəsinin tərkibindən 1,54% flavonoid maddələri, 2,72% staxidrin, 1% iridoid, 0,83% efir yağı, 2%-ə qədər üzvi turşular, 3,1% qətran maddəsi, 54 mq% askorbin turşusu, K vitamini, fenolkarbon turşusu, estrogen hormonu və s. aşkar edilmişdir.

Bunun yerüstü hissəsindən 6,23% kül, mq/q olmaqla 23,60-Kb 12,60-Ca, 2,10-Mg, 0,04-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 0,24-Mn, 0,67-Cu, 0,72-Zn, 0,12-Cr, 0,25-Al, 0,01-Ba, 0,04-V, 5,56-Se, 0,02-Ni, 0,34-Sr, 0,01-Pb, 56,40-B mikroelementləri və s. aşkar edilmişdir.

Mərcanotunun preparatlarından sakitləşdirici, təzyiqlə aşağısalıcı, anti-septik, soyuqdəymə, qanəkəsicisi, bəlgəmgətirici, ödqovucu, qusma və s. əleyhinə istifadə edilir.

Bağırsaq pozuntularında 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, 15 dəqiqə saxlayıb süzün. Sonra aldığımız ekstraktından gündə 3–4 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Qastrit zamanı turşuluğun artmasında, mədə və bağırsaq ağrılarındə, həzm pozuntularında. 1 xörək qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun və 5–7 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. Gündə 4 dəfə 0,5 stəkan həcmində yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin.

Ağ ciyər qanaxmalarında. 2 xörək qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və zəif od üzərinə qoyub 25–30 dəqiqə dəmləyin. Sonra süzüb üzərinə 2 xörək qaşığı portveyn əlavə edib gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin.

Bronxit, radikulit, böyrək xəstəliklərində, əsəb gərginliyi zamanı. 2 xörək qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb yarım saat dəmlədikdən sonra süzüb, gündə 2–3 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Qaymorit və sinusit zamanı. 2 çay qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb 0,5 stəkan qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 5 dəfə 4 damcı hər iki burun dəliyinə damızdırın.

Kəsik və yaraların müalicəsində. Təzə yarpaqlarından götürüb əzib şirəsini çıxardın və yaxma şəklinə salıb xəstə nahiyənin üzərinə qoyub bağlayın. 1-ci gün sarğını 3 dəfə dəyişin. Qalan günlərdə isə sarğını 1 dəfə dəyişmək məsləhət görülür.

Dərman bədrənci — *Melissa officinalis*

Çox qədim zamanlarda bədrənci qiymətli müalicəvi təsirə malik ot bitkisi kimi Yunanistan və Romada geniş sürətdə əkib-becərmişlər. Bədrəncdən alınan cövhərlər ürək ağrılarının aradan qaldırılmasında, əhvali-ruhiyyənin yaxşılaşdırılmasında tətbiq edilirdi. Xeyirli bitki kimi insanlar tərəfindən çox sevilirdi. Kilsə xadimləri bədrəncdən (həvəsləndirici) həyəcanlandırıcı içkilər hazırlayırmışlar. Bədrənc fəvqəladə müalicəvi təsirlərə malik olub, insanı qüvvətli edir, ruhlandırır, ilhama gətirir, onu başqa insanlara qarşı mehribanlaşdırır. Bədrənc xoş ətirli, müalicə əhəmiyyətli bitki kimi xalqlar tərəfindən yüksək qiymətləndirilir. Bəzən bitkini limonlu bədrənc və yaxud limonlu yarpız adlandırırlar. Belə ki, bitkinin yarpaq və cavan gövdələrindən alınan efir yağının iyi sitrus bitkilərinin iyini xatırladır.

Orta əsrlərin məşhur təbiblərindən sayılan İbn Sina bədrəncdən hazırladığı bir sıra preparatların köməyi ilə ürək, həzm sistemlərində yaranan xoşagəlməz qüsurların aradan qaldırılmasında istifadə edirmiş.

Bədrəncdən hazırlanmış isti çay baş ağrılarını və baş gicəllənmələrini aradan qaldırır.

Bir sıra ölkələrdə bədrənci nektar verən bir bitki kimi də əkib-becərmişlər. Bitkinin adının mənası da «balverən»dir. Bitkinin iyindən bal arılarının çox xoşu gəlir. Bal arılarına qulluq edən arıçı arı qutularına yaxınlaşmazdan əvvəl sifətini bədrənc yarpaqları ilə silir və sonra işinə başlayır.

Dərman bədrənci — *Melissa officinalis* çoxillik ot bitkisidir. Xarici görünüşünə görə bədrənc yarpızı xatırladır.

Müalicəvi xüsusiyyətləri. Nahaq yerə bitkini «dərman bədrənci» adlandırırlar. Bu bitkinin otunun tərkibindən kəskin limon iyi verən efir yağı əldə edilir. Efir yağının əsas hissəsini (siterol və mirsen təşkil edir), C vitamini, aşı maddəsi, qatran, kofein, krsol turşusu və s. aşkar edilmişdir. Xalq təbabətində bədrəncdən sakitləşdirici, ağrıkəsici, qıcolmada, spazma əleyhinə, ürək fəaliyyətini nizama salan vasitə kimi istifadə edilir. İnsanlar bədrənc preparatlarından istifadə edən zaman tənqəfəslik, ürək döyüntüləri sakitləşir, ürək ətrafında olan ağrılar aradan qalxır, qan təzyiqi aşağı düşür. Bundan başqa bədrənc preparatları miqrenin, yuxusuzluğun, həyəcanlanmanın, cinsi həvəsin artırılmasında, müxtəlif əsəb gərginliklərinin aradan qaldırılmasında mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Bədrəncdən həmçinin astma, köpmənin aradan qaldırılmasında, çibanların və müxtəlif dəri xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Bədrəncdən hazırlanan cövhərlər aybaşı xəstəliklərində, hamiləlik vaxtı özünü bürüzə verən toksikozların, klimaksın nizama salınmasında mühüm rol oynayır. Bədrənc cövhəri həmçinin spazmanın aradan qaldırılmasında, bağırsaq həzmi sisteminin normal işləməsinə, öskürək, yüksək tempe-

raturun aşağı salınmasında mühüm rol oynayır. Bitki insanları bir sıra qorxuc xəstəliklərdən xilas edir. Lakin bədrəncdən istifadə edərkən heç vaxt tələsməyin, həmişə həkim məsləhətlərinə qulaq asın.

Bədrəncdən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Ürək döyüntülərində, nevrozda, miqrenin aradan qaldırılmasında, yuxusuzluqda, depressiya zamanı. 100 q doğranmış təzə otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb 1 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 2–3 dəfə 10 gün ərzində 100 ml qəbul edin. 50 q doğranmış otundan götürüb 200 ml araqın üzərinə töküb 7 gün saxlayıb süzün. Cövhərdən gündə 3 dəfə 1–2 çay qaşığı qəbul edin.

Bronxial astma, öskürək, temperaturun yüksəlməsi zamanı. 20 q qurudulmuş bədrəncdən götürüb termosə töküb 2 saat dəmləyin. Antiseptik, bəlgəmgətirici, istiliyi aşağı salmaq üçün gündə 3–4 dəfə hər dəfə 1 stəkan qəbul edin. Bədrənc yağı ilə xəstənin döş və bel nahiyələrini mazlayın.

Qarın köpü, bağırsaq spazmalarının, aradan qaldırılmasında. Bədrəncdən götürüb çaynikdə dəmləyin. Hər iki saatdan bir yarım litr bədrənc çayı için.

Zəhərlənmə zamanı. Hər yarım saatdan bir xəstəyə limonlu bədrənc çayı içirdin.

Həşarat sancmalarında. Həşarat sancan nahiyəyə bədrənc yağı sürtün.

Revmatizm, əzik və yaraların müalicəsində. 3–4 xörək qaşığı bədrəncin yuxarı hissəsindən — zoğ və yaxud yarpaqlarından götürüb bişirin, sonra tənzifə büküb ağrıyan nahiyənin üzərinə qoyub bağlayın.

Halsızlığın və maddələr mübadiləsi pozuntularının aradan qaldırılmasında. 10 q doğranmış bədrənc otundan götürüb 400 q qaynar suya töküb cövhərini alıb süzün. Gündə 3 dəfə hər dəfə 0,5 stəkan qəbul edin.

Ağrıkəsici vasitə kimi. Bədrəncin yarpağını götürüb qaynar suda isladıb ağrıyan nahiyəyə qoyub 1–2 saat saxlayın. Prosesi gün ərzində bir neçə dəfə təkrar edin.

Xırda hissələrə salınmış bədrənci 40%-li spirtin və yaxud araqın üzərinə töküb 7 gün cövhərini aldıqdan sonra süzün. Cövhərdən gündə 3 dəfə 1–2 çay qaşığı qəbul edin.

Bədrənc çayı yuxusuzluğu müalicə edir. Əsəbi insanlar tez-tez narahat olurlar, bir yerdə sakit əyləşib iş görəndə narahat olur, işi tam görüb başa çatdırmağa nail ola bilmirlər. Bu cür xəstələr gecələr narahat və gec yatur, kiçik səsə qarşı tez reaksiya verib yataqdan durur və s. Bu cür xoşagəlməyən hadisələri aradan qaldırmaq üçün bədrənc çayı ilə müalicə, kursu keçməyi məsləhət görürük. 3 çay qaşığı xırda doğranmış yarpağından götürüb fincana töküb üzərinə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qaynar su tökün və üzərini örtüb 10 dəqiqə dəmləyin. Bədrənc çayının da adi çay kimi rəngi bir az

tünd olmalıdır ki, xəstə insana yaxşı təsir göstərsin. Aldığımız bədrənc çayından gündə 3 fincan içmək məsləhətdir. Hərgah siz bədrənc çayının içərisinə 1 çay qaşığı bal əlavə edib içsəniz bu zaman tez yuxuya gedərsiniz. Beləliklə bədrənc çayından mütəmadi qəbul etsəniz sizin əsəb sisteminizdə heç bir fəsadlar yaranmaz və siz normal iş qabiliyyətinizi bərpa etmiş olarsınız.

Bədrəncin təzə dərilmiş yarpaqları çox gözəl ətirli iyə malik olur, ondan ədviyyat kimi salatların, borş və supların, tərəvəz xörəklərinin hazırlanmasında işlədilir. Nazik doğranmış bədrənc yarpağı yumşaq pendirin üzərinə ədviyyat kimi səpilir.

Bədrəncdən taxtadan düzəldilmiş mebellərə sürtüb onların parlaq və xoş iyə malik olmasında da istifadə etmək olar.

Qaraqınıq — *Origanum vulgare*

Bitkinin adının «душица» adlandırılması onun xoşətirli iyə malik olmasından xəbər verir. Bu doğrudan da belədir. Qaraqınıq çoxillik ot bitkisi olub xırda və açıq-qırmızı rəngli çiçəkləri insanı uzaqdan özünə cəlb edir. Xalq qaraqınığı müxtəlif adlarla çağırır. Məsələn mehriban qaraqınıq, ətirli, xoş iyli çiçək və s. deyə dindirib, əziləyirlər.

Qaraqınığa Azərbaycanda ovalıqdan tutmuş subalp qurşağına kimi bütün rayonlarda təsadüf edilir. Ona tez-tez meşə kənarlarında, bağ və meşə açıqlıqlarında, kolluq və çəmənliklərdə, bağçalarda rast gəlmək olar.

Müalicə məqsədilə bitkini çiçək açan dövrdə toplayırlar. Toplanmış xammalı açıq hava şəraitində kölgəli yerlərə sərib qurudurlar. Qurumuş xammalı kağız paketlərə, yaxud karton qutulara yığıb quru, havası həmişə dəyişilən anbarlarda saxlayırlar. Qaraqınıqdan hazırlanan ətirli preparatlarından mikroba qarşı, soyuqdəymə, yarasəğaldıcı, ağrıkəsici, sakitləşdirici, bəlgəmgətirici, tərqovucu, həzm sisteminin yaxşılaşdırılmasında, qan təzyiqinin aşağı salınmasında istifadə edilir.

Qaraqınıqdan müalicəvi preparatların hazırlanması.

Qrip, öskürək və tərqovucu vasitə kimi. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 2 stəkan qaynar suya tökün və 2 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktan gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Mədə spazmalarında, mədə şirəsi turşuluğunun aşağı düşməsində, entrokoliddə, qəbizliyin aradan qaldırılmasında, xolesistitdə. 2 xörək qaşığı otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, 20 dəqiqə qaynatdıqdan sonra süzün. Ekstraktan isti halda gündə 4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Nevrozda yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında, depressiyada. 1 stəkan doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 2 saat dəmləyib

süzün. Ekstraktıdan gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Aybaşı pozuntularında və yaxud vaxtından qabaq baş verən klimaksda. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb yarım saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktıdan gündə 4 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər götürüb üzərinə bir xörək qaşığı süd və yaxud 1 çay qaşığı bal əlavə edib qəbul edin.

Qadınlarda südüün azalması zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış otdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 2 saat dəmləyib süzün. Gündə 4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməkdən əvvəl qəbul edin.

Baş ağrıları, miqren, damar spazmlarında. 4 xörək qaşığı götürüb 1 litr qaynanmış suya töküb yarım saat dəmləyin və süzün. Aldığınız ekstraktı başınızı yuyun.

Zökəm zamanı. Qurudulub toz halına salınmış bitkidən gündə 3–4 dəfə iyləyin.

Diqqət! Hamilə qadınların qaraqınıq preparatlarından daxilə qəbul etmələri məsləhət görülmür.

Ətirli reyhan — *Ocimum basilicum*

Reyhan — qara-bənövşəyi, tünd-bənövşəyi, açıq-bənövşəyi və yaxud yasəmən rəngli yarpaqları olan, kəskin, azca acımtıl tama malik ədviyyat bitkisidir. Reyhandan hələ çox qədim dövrlərdə Yunanıstan və Misirdə balzamlaşdırma məqsədləri üçün istifadə edilirdi. Qədim dövrün təbirləri belə söyləyirdilər ki, reyhan insanların kefini açır, onların enerji qabiliyyətlərini yüksəldir, əqlini möhkəmləndirir və ömrünü uzadır.

Reyhanın yarpaqlarında zəngin vitamin kompleksləri və bioloji aktiv maddələr aşkar edilmişdir. Bunun tərkibindən kalsium, azot, fosfor, dəmir, mis və s. makro və mikroelementləri müəyyən edilmişdir.

Xalq təbabətində reyhan vasitəsilə revmatizm, dəri və əsəb xəstəliklərini, epilepsiyanı müalicə edirlər. Müalicə məqsədləri üçün bitkinin bütün hissələrindən istifadə edilir. Təxumundan və otundan hazırlanan dəmləmə və cövhərlərindən xroniki gastrit, orqanizmin parazit qurdlardan təmizlənməsində, böyrək və sidik kisəsi soyuqdəymələrində, öskürək və göyöskürək zamanı daxilə qəbul edib müalicə olunurlar. Reyhandan alınmış efir yağını pambığa hopdurub ağrıyan dişin üzərinə qoyub, ağzını aradan qaldırırlar. Bitkinin yarpaqlarını su ilə təmiz yuyub plastr kimi dəri səpmələrinin üzərinə yapışdırıb müalicə edirlər. Ağır fiziki və zehni iş zamanı yorğunluğu aradan qaldırmaq üçün reyhanın vannasından istifadə etməyi məsləhət görürlər. Bolqarıstanda reyhanın efir yağından qulaqda baş verən irinli soyuq-

dəymələrdə damcı kimi, çətin sağalan yaraların üzərinə isə yaxıb müalicə edirlər.

Reyhandan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Gingivit və stomatitdə. 5 xörək qaşığı doğranmış reyhandan götürüb 1 litr qaynar suya tökün və 1 saat dəmləyib süzün. Alınmış ekstraktan gündə 2 dəfə ağzınızı yaxalayın, stəkanın 1/4 hissəsi qədər səhər və axşam qəbul edin. Bundan başqa ağız nahiyəsində baş verən iyi aradan qaldırmaq üçün bitkinin ədviiyyəli yarpaqlarından çeynəyin.

Gözə güc düşdükdə, yorğunluğu aradan qaldırmaq üçün. 2 xörək qaşığı quru otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, soyuyana qədər dəmləyib süzün. Alınmış ekstraktla gözünüzü yuyun, konyuktivitdə isə islatma vasitəsi kimi istifadə edin.

Göbələk xəstəliklərinin müalicəsində. Yuyulub təmizlənmiş bir dəstə reyhanı kiçik hissələrə salıb sıyıqını alın. Sıyıqı tənzifdən süzüb, alınan şirədən gündə 2 dəfə zədələnmiş nahiyənizə sürtün.

Dəridə olan gicşmə, qaşınma və allergiyaları müalicə etmək üçün. 2 xörək qaşığı qurudulmuş otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, soyudub süzün. Ekstraktan gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməkqabağı qəbul edin və həmçinin cövhərlə zədələnmiş nahiyələri silin.

Əsəb yorğunluğunun aradan qaldırılmasında, depressiyada. 1 xörək qaşığı qurudulmuş otunu 1 stəkan qaynar suya töküüb 15–20 dəqiqə dəmləyib çay kimi için.

Soyuqdəymədə. 2 xörək qaşığı reyhanın otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 45 dəqiqə dəmləyib süzün. Dəmləməni kiçik porsiyalarla gün ərzində için.

Kəskin ishalda. 4–5 xörək qaşığı reyhan toxumundan götürüb quru tavaya töküüb qızardın. Qızardılmış toxumdan çay qaşığının 1/2 hissəsi qədər gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış yeyin.

Yara, kəsik və cırmaqlamaların müalicəsində. 1 xörək qaşığı toxumundan götürüb 2 stəkan qaynar suya töküüb 20 dəqiqə dəmləyin. Xəstə nahiyələri dəmləmə ilə gündə bir neçə dəfə yuyun, toxumunu isə yaraların, kəsiklərin üzərinə qoyub sarıyın.

Halsızlıq (potensiya) zamanı. 1 litr qırmızı çaxırın üzərinə 5 xörək qaşığı reyhan və boymadərən çiçəyi əlavə edib, 20 gün mütəmadi çalxalamaqla saxlayıb, süzün. Aldığımız məlhəmdən gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməkdən sonra qəbul edin.

Bu cövhər orqanizmi möhkəmləndirdiyi üçün bundan kiçik yaşlı uşaqlara gündə 50 ml içirtmək məsləhət görürlür.

Epilepsiya zamanı. Reyhandan alınmış şirədən gündə 3 dəfə 10 damcı burnunuza damızdırın.

Diqqət! Bitkidən istifadə edən zaman bir az ehtiyatlı olmaq lazımdır. Belə ki, reyhandan hipertoniya, qan laxtalanması yüksək olan xəstələrin qəbul etməsi məsləhət görülmür.

Reyhandan xoşiyli və tamlı qidaların hazırlanması.

Pomidor və reyhan yarpağından salatın hazırlanması. 2–3 ədəd pomidor, bir neçə cəfəri budağı, şüyüd, reyhan, 1 xörək qaşığı xama, zövqünüzə görə duz götürün. Pomidoru və bişmiş yumurtanı iri hissələrə salın. Reyhanı, cəfərini, şüyüdü doğrayıb üzərinə xama, azca duz əlavə edib, yaxşıca qarışdırıb, süfrəyə verin.

İtalyansayağı ədviyyatın hazırlanması. 2 dəstə reyhan, 4 diş sarımsaq, 50 q duzlu pendir, 4 xörək qaşığı zeytun yağı, zövqünüzə görə duz və istiot götürün.

Təzə dərilmiş reyhanı yuyub bir az suyu çəkilənə qədər gözləyin və xırda hissələrə salın. Sarımsağı əzib bitki ilə qarışdırıb, iri qaba qoyun. Sonra bitki kütləsinin üzərinə zeytun yağı əlavə edin və iri dəşiyi olan süzgəcdən keçirib qarışdırın. Bişirib, üzərinə duz, bir neçə damcı limon şirəsi damızdırın. Alınan ədviyyatı bankaya doldurub soyuducuda saxlayın. Yeri gəldikcə istənilən xörəyin tərkibinə qatıb süfrəyə verin.

Pəhriz tefelisi. 300 q təmiz toyuq ət, 3 ədəd iri kartof, orta ölçülü 1 ədəd soğan, bitki mayonezi, bir neçə reyhan budağı, zövqünüzə görə duz götürün. Bu xörəyi hazırlamaq üçün zər də lazım olacaqdır. Əti və kartofu xırda hissələrə salın, soğanı isə dairəvi hala salın. Zərin orta hissəsinə duz qoyub, ətir, kartofun, soğanın üzərinə azca mayonez əlavə edin. Zəri elə qoyun ki, elə bil ki tryufel konfetini bükürsünüz. Aldığınız kütləni quru tavaya töküüb duovkada 30 dəqiqə bişirin. Hazır xörəyin üzərinə doğranmış göyerti səpib süfrəyə verin.

Keçiqulağı — *Scrophulariaceae* fəsiləsi Adi qurdotu (Kətəncə) — *Linaria vulgaris*

Dünya florasının tərkibində Keçiqulağı fəsiləsinə 220-yə qədər cins və 3000-ə qədər növ daxil olub dünyanın əksər yerlərinə yayılmışlar. Fəsiləyə daxil olan cinlərdən biri də qurdotu (kətəncə) hesab edilir. Qurdotu cinsi özündə 150-yə qədər növü birləşdirərək Avropa ölkələri ərazilərində, Orta Aralıq dənizi ətrafında, Asiya, Amerika qitələrinin ərazilərində təsadüf edilir. Cinsin Qafqazda 26, o cümlədən Azərbaycanda 17 növü yayılmışdır. Bu növlərdən xalq təbabətində istifadə olunanı — Adi qurdotu — *Linaria vulgaris* hesab edilir. Adi qurdotu — hündürlü 40–60(80) sm olan, gövdəsi sıx yarpaqlarla örtülmüş çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları gövdə üzərində oturaq olub, xəzvari-lanset və yaxud tamam xəzvaridir. Çiçəkləri bozumtulsarıdan, parlaq-sarı rəngə qədər olub gövdəsinin qurtaracağında salxım for-

masında yerləşmişdir. Meyvəsi qutucuqdur. Adı qurdotu Azərbaycanın Quba rayonu ərazisində, Samur–Dəvəçi düzənliklərində, meşəliklərdə, meşə açıqlıqlarında, kollar arasında, Xəzər sahillərində, çay və yolların kənarlarında, çöllük sahələrdə yayılmışdır.

Bitkinin çiçəkləri itin sifətini xatırladığına görə buna «itçiyöz» adı verilmişdir. Müalicə məqsədləri üçün bitkinin çiçək və ot hissəsindən istifadə edirlər.

Kimyəvi tərkibi. Bitkinin ot hissəsinin tərkibində d-1-peqanın — $C_{11}H_{12}O_2$, flavonid qlikozidilərdən linarin — bu da parçalanaraq akasetin — $C_{16}H_{12}O_2$, bu da parçalanaraq nektolin orqenin və rutinoz əmələ gətirir. Nektolinarin — $C_{29}H_{34}O_{15}$, parçalanaraq pektolinarqenin — $C_{17}H_{14}O_6$, neolinarin — $C_{29}H_{34}O_{15}$ və rutinoz əmələ gətirir. Bunlardan başqa bitkinin tərkibində fitosterin— $C_{26}H_{44}O$, n-tirkantan $C_{30}H_{62}$, askorbin turşusu, boyaq maddələri, üzvi turşular və s. aşkar edilmişdir. Çiçəklərinin tərkibində boyaq pigmenti-antoxlor maddəsi tapılmışdır. Azərbaycanda yayılan 17 növ kətəncə bitkisinin heç birindən nə xalq təbabətində, nə də elmi təbabətdə istifadə olunmur. Tibb mütəxəssisləri, əczaçılarımız bu bitkilərin müalicəvi xüsusiyyətlərini araşdırıb, xalqımızın ixtiyarına verməlidirlər. Bir sıra ölkələrin xalq təbabətində adi qurdotundan bəzi xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə olunur. Rus xalq təbabətində bitkidən alınan preparatlardan geniş istifadə edilir. 40 q bitkinin ot hissəsindən götürüb 1 litr suya əlavə edilir. Hazırlanmış çaydan bağırsaqlarda əmələ gələn köpmələrdə, qara ciyər xəstəliklərində, sarılıqda, qarğıdalı saçaqları ilə qarışığından hazırlanan dəmləməsindən isə böyrək xəstəliklərində istifadə edilir (M.A.Nosal, İ.M.Nosal, 1959). Belarus xalq təbabətində otundan hazırlanmış dəmləməsindən isə işlədici, ödqovucu, sidıqovucu, gözün soyuqlamasında, angina zamanı boğazın qarqara edilməsində, cövhərindən isti halda göbələk xəstəliklərində, çiban, qızdırma və s. bu kimi xəstəliklərin müalicəsində kompres kimi istifadə edilir (D.K.Qes və başqaları, 1966). Baykalın şərqi hissəsində yaşayan xalqlar bitkinin çiçəyindən alınan ekstraktından sidıqovucu vasitə kimi istifadə edirlər. Qərribə burasındadır ki, bitkinin sidıqovucu təsiri bitkini qəbul edib qurtardıqdan 2–3 gün sonra baş verir. Belə ki, bitki orqanizmə tədricən, yavaş-yavaş təsir edir. Tibb praktikasında bitkidən alınan maye ekstraktın babasilin soyuqlamasında işlədici vasitə kimi istifadə edilir. Spirtdən alınan çıxarışını su hamamının üzərinə qoyub, spirti uçub qovulana qədər buxarlandırılır. Qatı kütlə almından sonra proses dayandırılır. Sonra alınmış qatı məhlulun üzərinə ərinmiş donuz piyi əlavə edilərək, qarışdırılıb maz halına salınır. Həmin mazdan dəridə əmələ gələn qaşınmaların çiban və civzələrin, qıcıqlanmaların müalicəsində sürtkü kimi istifadə edilir. Bitkidən alınan preparatları klinikalarda sınaqdan keçirib onların bağırsağın nasazlıqlarında, köpmədə, ödqovucu, eləcə də bağırsağın və uşağ-

lıq yollarının eninə zolaqlı özələ toxumalarına qıcıqlandırıcı təsiri müəyyən edilmişdir. Bitkinin tərkibindəki peqanın alkaloidindən isə miastetin, miopatenin müalicəsində təsiredici vasitə kimi istifadə edilir (V.I.Zafracnov və başqaları...1977). Bundan başqa xalq təbabətində bitkinin çiçək açan dövründə gövdənin yuxarı hissəsini çiçəklə birlikdə kəsib götürərək istifadə edirlər. Bitkidən alınan preparatların köməyi ilə soyuqdəymə, sidikqovucu, işlədici, ağrıkəsici, qurd əleyhinə, eləcə də mədə-bağırsaq sisteminin nizam salınmasında işlədilir.

Uşaq və yaşlılarda gecələr sidiyin saxlanmaması, həmçinin qəbizlik, bağırsaq sisteminin zəyifləməsi zamanı. 1,5 çay qaşığı həcimində təzə otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat dəmləyib sonra süzün. Alınan dəmləmədən gündə 3–4 dəfə yeməkdən 10–15 dəqiqə əvvəl 1 xörək qaşığı qəbul edilməsi məsləhətdir.

Xolesistit, piyelonefrit, həmçinin sidik kisəsində olan daşların müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb 1 stəkan arağın içərisində 2 həftə saxlayıb süzün. 15 damcı gündə 3 dəfə yeməkdən qabağı qəbul edin.

Hepatitin köpmənin, böyrək mənşəli şişlərin müalicəsində. 3 xörək qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb, 0,5 litr qaynar suya əlavə edilir, 1 saat müddətində dəmlənir və sonra süzülür. Alınan ekstratdan gündə 3 dəfə yeməkdən yarım saat əvvəl qəbul edilir.

Babasil zamanı. 2 hissə doğranmış ot, 3 hissə qunduz və yaxud donuz piyi ilə qarışdırılıb 1 həftə saxlanılır. Sonra qızdırlaraq süzülür. Alınmış açıqyaşıl rəngli mazdan axşamlar şişmiş nahiyəyə sürtülür. Daxilə isə qızdırılmış mazi tənzifdən hazırlanmış tampona hopturulub soyudularaq anal dəliyinə ehtiyatla yeridilir və 4–5 saat saxlanılır. Əməliyyat gündə 2–3 dəfə təkrar edilir.

Prostat vəzinin adenomiyasında. Tampon yeritməzdən əvvəl gecələr anal dəliyinə mazdan sürtülür.

2-ci üsulla mazın hazırlanması. Bərabər miqdarda qurdotu çiçəyi, palıd qabığı, su bibəri götürülür, qarışdıraraq 12 saat ərzində əridilmiş donuz piyində saxlanılır. Qarışığı tez-tez qarışdırmaq lazımdır. Sonra isə süzülür. Alınan məhlul şüşə bankaya tökülür. Bu mazdan tampon şəkilində anal dəliyinə yeridilərək 4–5 saat müddətində saxlanır. Bu əməliyyatdan sonra xəstə şiddətli ağrıdan və qanaxmadan azad olur. Müalicəni vəziyyət yaxşılaşana qədər davam etdirmək məsləhətdir.

Traxoma zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış təzə otdan götürülüb 1 stəkan qaynar suda yarım saat müddətində dəmlənir. Alınan ekstratla gündə 4–5 dəfə gözlərin yuyulması məsləhətdir. Sifətdə olan civzələrin təmizlənməsində, bu bitkidən alınan sulu dəmləmə çox böyük rol oynayır.

Diqqət! Bitki zəhərli olduqca üçün ondan istifadə edən zaman qeyd olunan miqdara düzgün riayət etmək lazımdır.

Bitkinin çiçəklərindən ilk dəfə olaraq boya ekstraktı hazırlayıb yun ipdə sarı-narıncı, qızılı-sarı, parlaq-narıncı, zeytunu-sarı, tütün-qonur, yaşıl, açıq-qəhvəyi və s. rəng və çalarlar alınmasına nail olmuşuq.

Badımcañçəkklilər — *Solanaceae* fəsiləsi

Kartof — *Solanum*

Badımcañçəkklilər fəsiləsi 90 cinsi və 2000-ə qədər növü əhatə edib, əsasən dünyanın tropik və subtropik ərazilərinə yayılmışlar. Fəsiləyə daxil olan cinslərdən — kartof, pomidor, badımcañ qırmızı bibər, tütün, maxork və s. xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində istifadə edilir. Bu cinslərdən biri də *Solanum*-dur.

Solanum — badımcañ cinsi 1700 növü əhatə edir. Ağac, kol və ot formasında olub ən çox tropik və subtropik ərazilərdə yayılmışdır.

Kartof dünya xalqlarının buğdadan sonra ikinci çörəyi hesab edilir. Kartofdan istənilən xörək növünü hazırlamaq mümkündür. Lakin uzun illər bu qiymətli qida məhsulu haqqında çoxlu mübahisələr hökm sürmüşdür. Kimi deyirdi ki, bu bitki zərərli, bir qism insanlar bunun xeyirli olduğu barədə mübahisə edirmişlər. Heyatın gedişi hamını öz yerinə oturtdu. Bu gün isə kartof insan sağlamlığı üçün ən qiymətli müalicə preparatı hesab edilir. Kartofun ən çox müalicəvi əhəmiyyəti təzə vaxtdır. 100 q təzə kartof yumrusu insanı bir gündə tələb etdiyi C vitamini ilə təmin edir. Bundan başqa kartofun tərkibində B₁, PP vitamin qrupları, foliv turşusu, kalsium, manqan, fosfor və kalium və s. aşkar edilmişdir. Xüsusən də cavan kartof yumrularından alınmış şirənin tərkibi kalium elementi ilə zəngin olduğundan ürək-damar, həmçinin mədə-bağrsağ xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə edilir. Bir dilim təmizlənmiş kartofla dəridə baş verən ekzema və digər dəri xəstəliklərini müalicə edirlər. Bundan başqa kartof buğu ilə öskürək və zökəm xəstəliklərində geniş istifadə edilir.

Kartofun xeyirli cəhətləri ilə yanaşı onun zərərli təsirlərinə də təsadüf edilir. Kartofu toplayıb anbarlarda saxlayan zaman onun qabıq və ət hissəsində tədricən insan orqanizmi üçün zəhərli təsirə malik «solanin» alkaloidi toplanmağa başlayır. Buna görə də köhnə kartofdan hamilə qadınların yeməsi məsləhət görülmür. Belə ki, köhnə kartofun tərkibindəki solanin alkaloidi embrionun normal inkişafına mənfi təsir göstərə bilər. Bir çox mütəxəssislər kartofun yanvar ayında təhlükəsizliyini qeyd edirlər. Yaz aylarında isə anlaşılmaqlıq meydana çıxır. Bir çoxları kartofdan vitamin çatışmazlığı zamanı istifadə edirlər. Bu da çox vaxt xoşagəlməz hadisələrlə müşahidə edilir. Köhnə kartofdan insanlar ən çox qida kimi təzə kartof

çixana qədər istifadə edirlər. Buna görə də ortaya belə bir sual çıxır — kartof yumrularında toplanan solanin alkaloidini necə azaldaq?

Birincisi köhnə kartofu qabıqdan təmizləyən zaman çalışın ki, qalın soyasınız. Qida məqsədləri üçün ancaq özək hissəsini saxlayın. Kartofun qabıq hissəsində daha çox zəhərli təsirə malik solanin maddəsi toplanır.

İkincisi kartofun tərkibindən solanin maddəsinin tamamilə çıxardılıb təmizlənməsi üçün mütləq onu iri duzla duzlayıb qapağı örtülmüş tavada qızardın. Bu zaman duz nəinki kartofun tərkibindən solanin maddəsinə sorub çıxarır, hətta onu nitrit birləşmələrindən də azad edir.

Kartofdan müalicəvi preparatların hazırlanması.

Kartofun insanlar üçün təhlükəli olması yaz aylarında baş verir. Payızda isə kartof insanların ləzzətli xörəklərinin əsasını təşkil edir. Bu dövrdə insanlar kartofdan istənilən ləzzətli xörəklər hazırlamaqla yanaşı öz sağlamlıq durumlarını da bərpa etməyə başlayırlar.

Mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarının müalicəsində. Bunun üçün kartofdan hazırlanmış şirədən səhər tezdən acqarına stəkanın 1/2 hissəsi qədər, bütün gün ərzində isə hər 20 dəqiqədən bir stəkanın 1/4 hissəsi qədər günorta və axşam yeməklərinə qədər qəbul edin. Müalicə kursu 7 gündür. Bir az istirahət verdikdən sonra müalicəni təkrar edin.

Qastrit zamanı (turşuluq artan zaman). Kartofun təzə şirəsindən 1 stəkan götürüb üzərinə 1 çay qaşığı bal qarışdırın. Aldığınız qarışıqdan gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10 gündür. Bir həftədən sonra müalicəni yenidən davam etdirin.

Qan təzyiqi zamanı, soyuqdəymə, fibrom və qabizliyin müalicəsində. Təzə kartof şirəsindən gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə 20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Hipoterioz zamanı — qalxanabənzər vəzinin fəaliyyətini yaxşılaşdırmaq üçün. Təzə şirəsindən gündə 2–3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 3 həftədir.

Damar genişlənmələri zamanı. Kartofdan hazırlanmış təzə sıyıqdan götürüb şişmiş halda çıxan damarların üzərinə yaxıb tənziqlə sarıyın və 4–5 saat saxlayın. Müalicəni hər gün 2 həftə ərzində təkrar edin. 1 həftə istirahət verdikdən sonra müalicəni davam etdirin.

Dəri səpmələrində, zədələnmələrdə və çibanların müalicəsində. Kartofun sıyığından gündə bir neçə dəfə zədələnmiş nahiyələrə yaxıb bağlayın. Əməliyyatı hər 3–4 saatdan bir təkrar edin.

Böyrək daşlarının müalicəsində. 2 ədəd qabığı təmizlənmiş təzə kartof götürüb yumşalana qədər bişirin. Sonra ondan məhlul düzəldib gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Artrit zamanı. Bunun üçün bişirilmiş kartof ekstraktından səhər və yatmadan qabaq 1 stəkan qəbul edin. Daha yaxşı olar ki, hər gün süzgedən qabığı ilə birlikdə keçirilmiş təzə kartof sıyığını çiy-çiy qəbul edəsiniz. Müalicə kursu 10 gündür.

Diqqət! Kartof şirəsindən şəkərli diabeti olan xəstələrin qəbul etmələri məsləhət görülmür.

Kartofdan bir neçə yeni qida məhsullarının hazırlanması.

Kartofdan «kəndli xoşbəxtliyi» yeməyinin hazırlanması. 0,5 kq kartof, 2 xörək qaşığı un, 50 q kərə yağı, 3 ədəd yumurta və duz götürün. Kartofu qabığı ilə birlikdə bişirib, təmizləyin və iri dairəvi şəkllə salın. Duzlayıb üzərinə un səpib və yumurta vurub qızardın.

Kartofdan «işliq oyun» yeməyinin hazırlanması. 8–10 ədəd kartof, 2 stəkan süd, 20 q kərə yağı, 2 ədəd soğan, göyerti, zövqünüzə görə duz götürün. Kartofu kub formasında doğrayıb, 8–20 dəqiqə bişirib, suyunu süzün və üzərinə isti süd əlavə edib, duz səpib hazır olana qədər bişirin. Sonra üzərinə kərə yağı, qızardılmış soğan əlavə edib ehtiyatla qarışdırın. Süfrəyə verməzdən qabaq üzərinə göyerti səpin.

Qozla «şirin kartof» biskvitinin hazırlanması. 6–8 ədəd kartof, 0,5 stəkan un, 0,5 stəkan şəkər tozu, 4 xörək qaşığı bitki yağı, 0,5 stəkan xırda hissələrə salınmış qoz, 2 ədəd yumurta, soda, darçın, limon qabığı götürün. Kartofu qabığından təmizləyib bişirib əzin. Sonra üzərinə şəkərlə qarışdırılıb çalxalanmış yumurta, bitki yağı, əzilmiş qoz, darçın, narın hala salınmış limon qabığı, soda və 0,5 stəkan un əlavə edin. Alınmış xəmindən qalınlığı 3–4 sm iri hörüklər düzəldin və üzərinə kərə yağı sürtüb mətbəx peçinə qoyub hazır olana qədər qızardın.

Kartofdan «yerəlməsi» peçenyesinin hazırlanması. 1 ədəd kartof, 60 q kərə yağı, zövqünüzə görə duz götürün. Orta ölçülü kartofu götürüb, yuyub qurudub, üzərinə kərə yağı sürtüb, tavaya qoyub mətbəx peçinə qoyun. Kartof bişib yumşaq hala düşdükdən sonra götürün. Onu yarıya bölüb duzlayıb üzərinə kərə yağı sürtüb isti halda süfrəyə verin.

Badımcan — *Solanum*

Badımcan cinsinə daxil olan növlərdən biri də badımcan — *S.melongena*-dır. Bu çoxillik isti sevən mədəni halda becərilən tərəvəz bitkisidir. Bitkinin əsas vətəni olan Hindistan ərazilərində yabanı növünə rast gəlmək olar. Bitkinin mədəni halda Çində və Misirdə əkilib-becərilməsi haqqında məlumat verilir. Orta əsrlərdə isə İtaliyada, İspaniyada və nəhayət qısa bir zamanda bütün Avropa ölkələrinə yayılaraq becərilməyə başlanmışdır. Amerika qitəsinə səyahət edən X.Kolumb özü ilə bu qiymətli bitkini də

ora aparmışdır. 200 il bundan qabaq bu gözəyən hörmətli qonaq Türkiyəyə oradan Qafqaza, oradan da Rusiya ərazisinə gəlib çıxmışdır.

Düzdür ilk anlar tərəvəz əkməklə məşğul olanlar hələ bu «göy qonaqla» asanlıqla dil tapa bilməmişlər. Tropik ölkələrin «sakini» olan badımcan bitkisinin birdən-birə şimala gəlib çıxması bu bitkinin yaşaması üçün çoxlu çətinliklər qarşıya çıxartmışdır. İlk anlar badımcan Rusiyanın orta ərazilərində ancaq istixanalarda yetişdirilirdi. Badımcan Rusiya ərazisində özünü çox şiltaq aparmasına baxmayaraq, rus xalqı onu yunan balqabağı kimi sevməyə başladı.

İlk əvvəl badımcan öz vətəni sayılan Hindistan və Çin xalqları tərəfindən ancaq müalicə məqsədləri üçün istifadə olunurdu. Bu ölkələrdə badımcandan qida kimi aterosklerozdan əziyyət çəkən xəstələrə verilir, infarkın qarşısını almaq üçün profilaktik vasitə kimi istifadə edilirdi. Bitkinin yumşaq meyvəsinin tərkibindəki pektin maddəsi xolesterini həll edib orqanizmdən kənarlaşdırır. Damarların divarlarını tullantılardan təmizləyir və onların elastiki qabiliyyətini artırır və kapliyarları möhkəmləndirir. Badımcanın 90%-ni su, 2,5–4%-ni şəkər, 1,5%-ni sellüloza, 0,5%-ni pektin C, PP vitaminləri, B qrupu, provitamin A, çoxlu miqdar kalium, bunlardan başqa fosfor, kalsium, manqan, kobalt, dəmir makro və mikro elementləri, zülal, sulu karbohidratlar, xüsusi müalicəvi keyfiyyətə malik melogen (solamin) və s. maddələr aşkar edilmişdir. Uzun müddət badımcandan qida kimi istifadə edildikdə qanda piyin və xolesterinin kəskin surətdə azalması müşahidə edilmişdir. Badımcan orqanizmdə gedən su-duz mübadiləsini nizamlayır, orqanizmi artıq olan sidik turşularından azad edir. Tam yetişmiş meyvəsi dalağın, beyin iliyinin fəaliyyətinə kömək edir, qanda hemoqlabini artırır, aybaşı qanaxmaları zamanı baş verən ağrıları sakitləşdirir. Badımcanın buğda və adi halda bişirilmişindən hamilə qadınlara və kiçik yaşlı uşaqlara verdikdə uşaqlar gumrah və xaricin zərərli təsirlərinə qarşı davamlı olurlar.

Diqqət! Badımcanın tərkibində solanin maddəsi orqanizmi zəhərləyə bilər. Bunun üçün badımcanı bişirməmiş yemək məsləhət deyil.

Badımcanın tərkibi kalium duzları ilə zəngin olduğundan ürəyin fəaliyyətinə təsir edir, orqanizmdə olan artıq suyun kənar edilməsində mühüm rol oynayır. Buna görə də badımcandan pəhriz qidası kimi təzə skleroz başlanan yaşlı adamlara və ürək-damar çatışmamazlığından əziyyət çəkən xəstələrə vermək məsləhət görünür.

Badımcandan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Ürək-damar xəstəliklərindən əziyyət çəkən xəstələrin müalicəsində. 13–14 badımcanı götürüb qurudun, kofeüyüdəndən keçirib əldə etdiyiniz tozu bankalara doldurub ağzını möhkəm bağlayın. Səhər 4–5 xörək qaşığı götürüb 1/2 stəkan ağ çaxırın üzərinə töküb şiddətli yanan odun üzərinə qoyun və tez götürüb əldə etdiyiniz sıyığı 2 yerə bölün. Həmin sıyığın bir

hissəsini səhər tezdən, ikiknci hissəsini isə günorta vaxtı yeyin. Müalicə kursu 14 gündür.

Yanıt zamanı. Təzə badımcanı götürüb iki bərabər hissəyə bölüb yanmış dərinin üzərinə qoyub leykoplastrla bərkidin və hər yarım saatdan bir dəyişin.

Çiban və yaraların müalicəsində. Badımcandan aldığımız şirəni gündə 2–3 dəfə xəstə nahiyələrə sürtmək məsləhət görülür.

Ağzın selikli qişası (parodontit, stomatit, gingivit) xəstəliklərinin müalicəsində. Təzə yumuşaq badımcanı süzgecdən keçirib 1:1 nisbətində duzla qarışdırın. Gündə bir neçə dəfə hazırladığınız pasta ilə dişinizi yuyun. Əməliyyat başa çatdıqdan sonra, ağzınızı soyuq su ilə yaxalayın.

Damar genişlənmələrində. Bunun üçün gecələr yatmadan qabaq ayaqlarınızı isti vannaya qoyun. Sonra badımcanı uzununa nazik hissələrə bölüb günəbaxan və yaxud qarğıdalı yağında isladıb genişlənmiş damarların üzərinə bintlə bağlayıb, bütün gecəni saxlayın.

Badımcandan müalicəvi xörəklərin hazırlanması.

Pəhriz ikrası. 1 kq çox da iri olmayan badımcın, 1/2 kq pomidor, 1/2 qabığı təmizlənmiş ağ çörək, 2 xörək qaşığı zeytun yağı, zövqünüzə görə duz, istiot, sarımsaq götürün. Badımcanın saplağını kəsib, suya tökün, 5–10 dəqiqə yumuşalana qədər saxlayın. Sonra süzgecə qoyub suyunu sıxıb çıxardın. Pomidor və badımcanı qabıqdan təmizləyib dörd hissəyə bölüb çörək və sarımsaqla birlikdə ət maşınından keçirin. Sonra üzərinə zeytun yağı, duz və istiot əlavə edin. Aldığımız ədviyyatlardan ət, makaron, kartof və düyü xörəklərində istifadə edin.

«Krepis» kotletinin hazırlanması. 1 kq badımcın, 1 kq ət maşınından keçirilmiş dana əti, 4 xörək qaşığı zeytun mayonezi, 4 qaynadılmış yumurta, 1 stəkan fəseli unu, 3/4 stəkan bitki yağı, zövqünüzə görə duz, qara istiot, ədviyyat götürün. Badımcanı saplağından təmizləyib, yumşalana qədər bişirin. Sonra süzgecdən sıxıb suyunu çıxarın. Ət maşınından keçirib, qiymə ilə qarışdırıb, üzərinə mayonez, yumurta, ədviyyat və fəseli unu əlavə edin. Sonra kotlet halına salıb unla qarışdırıb, bitki yağında qızardın.

Qiyədən hazırlanmış «dil» xörəyi. 3 iri badımcın, 2 ədəd kök, 2 bişirilmiş yumurta, stəkanın 1/2 hissəsi qədər bişirilmiş və doğranılmış göbələk, 4 xörək qaşığı quru breza pendiri, 1 ədəd soğan, stəkanın 3/4 hissəsi qədər bitki yağı, zövqünüzə görə qara istiot və duz götürün. Badımcanın qabığını soyub nazik hissələrə doğrayıb, unlayıb, bitki yağında qızardın. Sonra qızardılmış göbələyi, kökü, soğanı, pendiri narın hissələrə salıb duz, istiot, doğranmış yumurta hissələrini bir-biri ilə qarışdırın. Badımcanı orta hissədən kəsib içərisinə içdən doldurub rulet halına salın. Sonra qaba düzüb 1 saat soyuducuda saxlayın. Soyuq halda mayonez yaxıb süfrəyə verin.

Qış badımcan bişmişinin hazırlanması. 4 ədəd çox da böyük olmayan bişirilmiş badımcan, 1 ədəd pomidor, 2 bişirilmiş bolqar bibəri, 1 xörək qaşığı duz götürün. Tünd-bənövşəyi rəngli yoğun yumuşaq badımcan götürüb yarıya bölüb bişirin. Bolqar bibərini para verdikdən sonra toxum və saplağını təmizləyin. Pomidoru 8 hissəyə bölüb qabaqcadan sterilizə olunmuş bankaya doldurub, üzərinə duz səpib ağzına qapaq qoyub 70–80 dəqiqə qaynar suda qaynadın.

Adi dəlibəng — *Datura stramonium*

Dəlibəng cinsinin dünya florasının tərkibində 20-yə qədər növü yayılmışdır. Bu növlərə ən çox isti və mülayim iqlim zonalarına malik ərazilərdə təsadüf edilir. Bunlar ot şəklindən, ağac növlərinə qədər həyat formalarına malik bitkilər hesab edilir. Dəlibəng cinsinin Azərbaycan ərazisində 1 növünə — adi dəlibəngə — *D.stramonium*-a rast gəlmək olar.

Adi dəlibəng — bu xoşagəlməyən iyə malik olan, hündürlüyü 120 sm, kökü ağ rəngdə birillik ot bitkisidir. Gövdəsi düzduran çəngəlvari budaqlanan, yuxarı hissəsindən çıpaqdır. Yarpaqları saplaqlı yumurtavari 253 sm ölçüsündə olub ağ rənglidir. Meyvəsi düzduran yumurta formalı qutucuqdan ibarət olub uzunluğu 1 sm olan çoxsaylı sərt iynəvari tikanlarla əhatə olunmuşdur. Toxumları böyrək formasında olub qara rənglidir. Qutucuğun içərisində 500-dən, 800-ə qədər toxumu olur.

Dəlibəngə Azərbaycanın demək olar ki, hər yerində, düzənlik sahədən tutmuş dağlıq zonlarına qədər rast gəlmək olar. Bitkiyə ən çox əlaq otları arasında, çay vadilərində, yol kənarlarında, bağ sahələrində və s. təsadüf etmək olar.

Bitkinin bütün hissələri çox zəhərlidir. Bitkini səhvən mal-qara, quşlar yedikdə zəhərlənirlər.

Dəlibəngin müalicə məqsədləri üçün yarpaqlarından istifadə olunur. Yarpağının tərkibindən 0,37%-ə qədər alkaloid — qioscianin, atropin və suopolanin, güclü tütün iyi verən 0,04%-ə qədər efir yağı, 0,1% karotin, 1,7%-ə qədər aşı maddəsi və s. aşkar edilmişdir.

Bundan başqa yarpaqlarının tərkibindən 12,36%-ə qədər kül, mq/q olmaqla 37,60-K, 31,10-Ca, 7,00-Mg, 0,35-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla Mn-0,26, Cu-0,56, Zn-0,93, Co-0,11, Mo-72,00, Cr-0,10, Al-0,15, B-15,23, Se-4,10, Ni-0,10, Sr-2,18, Pb-0,09, I-0,45, B-131,60 mikroelementlər və s. aşkar edilmişdir.

Dəlibəngin yarpaqlarından atropin preparatı hazırlanır ki, bundan da mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarının, öd kisəsində əmələ gələn daşların, xolesistitin, bağırsağ və sidik yolları spazmalarında, bronxial astma, göz soyuqdəymələrinin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Yarpağının tərkibindən 0,15% skopolamin, qiosçiamin, qiosçin, tropin, asetiltropin, kuskqiqrin (bellaradin), kökündən 0,08-6%, qiosçiamin, skopolamin, kuskqiqrin və s. alkaloid maddələri aşkar edilmişdir.

Dəlibəngdən hazırlanan preparatlardan əsəb sarsıntıların, sinir hüceyrələrində əmələ gələn pozuntuların, qıcolmaların, pəltəkliyin, paralicin, göyöskürəkdə, epilepsiyada, meningitdə, mədə yaralarında, yanıqların, xərcəng şişlərinin, göz və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Qafqaz xalqları plevritin, Qaraçay-Çərkəs vilayətində qurd əleyhinə, kökündən hazırlanan preparatlardan respirator infeksiyaların, Koreya tibb sahəsində — bronxial astmada, qusma, qıcolmada tətbiq edilir. Dəlibəngin yağından xarici nahiyələrdə baş verən pozuntuların — səpgilərin, revmatizmin, Koreyada yarasəğaldıcı, kosmetikada homeopatiyada, Bolqarıstan tibb aləmində tozundan hazırlanan cövhərindən — fikir dağıntılarında, miqrenin, nitq pozuntularında, Belorusda cövhərindən astma və epilepsiyada, Baykal ətrafında meyvəsindən mədədə əmələ gələn xərcəngin müalicəsində, qıcolmada, əsəb xəstəliklərinin və s. müalicəsində istifadə edilir.

Dəlibəng əkilən hər hektar sahədən 1 ton quru kütlə əldə edilir.

Qadınların döş nahiyələrində əmələ gələn xoşagəlməz tüklərin dəlibəng otu ilə müalicəsi. Bunun üçün 5 xörək qaşığı dəlibəng otundan götürüb 1 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub bişirin. Bişirməni maye qabın yarısına buxarlanana qədər saxlayın. Alınan mayeni pambığa hopdurub tük əmələ gələn yere sürtün. Əməliyyatı ən yaxşı olar ki, axşamlar edəsiniz. Dəlibəng zəhərli olduğundan, səhər tezdən yuxudan duran kimi maye sürtülmüş nahiyələri sabunla hökmən yuyun. Müalicə kursu 15 gündür.

Boyaqotu — *Rubiaceae* fəsiləsi **Taclı dilqanadan — *Cruciata coronata***

Dünya florasının tərkibində cinsin 400-ə qədər növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 48, o cümlədən Azərbaycanda 41 növünə rast gəlmək olar. Dilqanadan cinsinin bütün növlərinin əksəriyyətinə demək olar ki, yer kürəsinin hər yerində rast gəlmək olar.

Xalq arasında dilqanadana «bab» adı verilmişdir. Dilqanadan südün çürüməsində, İngiltərədə isə fermerlər bitkinin otundan maya kimi istifadə edərək xoş iyə malik pendir istehsal edirlər.

Çox qədim dövrlərdən başlayaraq cinsin əksər növlərindən xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində, o cümlədən boyaq, aşı, dərman, nektar, vəzək və s. məqsədlər üçün geniş istifadə edilmişdir. Hal-hazırda *G.verum*, *G.triflorum*, *G.aparine*, *G.mollugo* və s. növlərindən müalicə və tətbiq boyaq xammalı kimi istifadə olunur. Dünya xalqlarının təbabətində dilqanadanın bir neçə növündən bir sıra xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Bunlardan hazırlanan preparatların köməyi ilə kəskin sağalmayan yaraların, çibanların, həmçinin mədə, böyrək, su çiçəyi və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir.

Müalicə məqsədləri üçün taclı dilqanadandan da istifadə etmək olar.

Taclı dilqanadan — *Cruciata (Galium coronata)*. Çoxillik ot bitkisi olub, kökümsovu vertikal budaqlanan oduncaqvaridir. Gövdəsinin hündürlüyü 4–35 sm olub az-çox budaqlanandır. Çiçəkləri sarı rəngdə olub dişiciyinin sayı çoxdur. Taclı dilqanadana Azərbycanda Quba ərazisinin şərq və qərb zonalarında, Qobustanda, Kür–Araz ovalığında, Alazan–Əyriçay vadisində, Naxçıvanın dağlıq zonalarında təsadüf edilir. Bitkiyə quru daşlı yamaclarda, kollar arasında rast gəlmək olur.

Dilqanadandan hazırlanan preparatlar bakterosid, soyuqdəymə, yarasağaldan, ağrıkəsici, sakitləşdirici, sidikqovucu, büzüşdürücü və s. xüsusiyyətlərə malikdir.

Soyuqdəymə nəticəsində böyrəkdə baş verən nasazlıqların aradan qaldırılmasında. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun və 10–15 dəqiqə saxladıqdan sonra götürüb süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Dizenteriya və mədə ağrılarında. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirin. 4 saat dəmlədikdən sonra süzüb gündə 3–4 dəfə yeməyə yarım saat qalmış 0,5 stəkan qəbul edin.

Ürək və böyrək xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 3 saat dəmləyin. Sonra aldığınız dəmləmədən götürüb gündə 2–3 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Revmatizm, dəri xəstəliklərində, o cümlədən ekzema, psoriaz, neyrodermitdə. 2 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və qaynama dərəcəsinə gətirib 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 4 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Burun qanaxmalarında. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirib 2 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız qatı cövhərdən burun nahiyəsinə damızdırın. Əməliyyatı gün ərzində 2–3 dəfə təkrar edin.

Çətin sağalan yaraların, kəsiklərin və irinli yaraların müalicəsində. Bitkinin qurudulmuş çiçəklərindən alınan tozundan götürüb yara olan nahiyələrin üzərinə səpib, sarğı ilə bağlayun. Gün ərzində sarğının 2 dəfə dəyişilməsi məsləhətdir.

Sarılıq (xənazir), dəri səpgülərinin müalicəsində. 200 q doğranmış otundan götürüb 3 litr qaynar suya töküüb 3–4 saat dəmlədikdən sonra süzüb tasa tökün. Təsəda olan müalicə ekstraktını 37–38 dərəcə temperatura gətirib

15 dəqiqə müddətində vannasını qəbul edin. Əməliyyat günəşarı təkrar olunmalıdır. Müalicə kursu 10 vanna qəbul etməklə başa çatdırılmalıdır.

Gürcü boyaqotu — *Rubia iberica*

Dünya florasının tərkibində boyaqotu — *Rubia* cinsinin 55–60 yaxın növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 4, o cümlədən Azərbaycanda 3 növünə təsadüf edilir. Gürcü boyaqotu — *Rubia iberica*, sərtarpaq boyaqotu — *R. rigidifolia*, Zaqafqaziya boyaqotu — *R. transcaucasica* daha çox yayılmışdır. Bu növlərin içərisindən xalq təsərrüfatı üçün ən qiymətli gürcü boyaqotu hesab edilir. Gürcü boyaqotu — *Rubia iberica* çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi yerin 3 metrə qədər dərinliyinə işləyir. Çiçəkləri xırda, lələkvari sarı, meyvəsi qara rəngdədir. Kök sistemi qol-budaqlı olub, əsas kökdən və kökümsövlərdən ibarətdir.

Azərbaycanda gürcü boyaqotuna təbii halda düzənlikdən başlayaraq dəniz səviyyəsindən 1000 m hündürlüyə qədər sahələrdə rast gəlmək olar. O, ən çox Quba, Dəvəçi, Qusar, Xaçmaz, Şamaxı, Abşeron, Qazax, Ağdaş, Lənkəran, Masallı və Naxçıvan MR-də yayılmışdır.

3–4 illik boyaqotunun hər hektarından 4 sentnerdən 10–12 sentnerə qədər quru kök məhsulu, 0,3–3,4 sentnerə qədər isə toxum əldə etmək mümkündür.

Xalq təsərrüfatı və tibbi əhəmiyyəti. Qədim zamanlardan başlamış XIX əsrin axırları və XX əsrin əvvəllərinə qədər pambıq, ipək və yun məmulatlarının qırmızı rəng və onların çalarlarına boyadılmasına boyaqotu kökündən geniş surətdə istifadə olunmuşdur. Bitkinin kökündən alınan boyaq maddələri rəssamlıqda, keramikada, abidələrin və eləcə də mebellərin rənglənməsində geniş tətbiq edilmişdir.

Aparılan elmi-tədqiqat işlərinin nəticəsində məlum olmuşdur ki, boyaqotunun kök və kökümsövlərinin tərkibindəki üç rəng verən alarazin qlükozidi (ruberitrin turşusu) — $C_{26}H_{28}O_4$, dekstroz şəkərinə, bir də hələ təmiz halda əldə olunmayan purpurin qlükozidinə çevrilir. Purpurin qlükozidi isə öz növbəsində purpurin (yəni 3-oksiantraxinona) və dekstroz şəkərinə çevrilir. Bitkinin kök hissəsindəki rəng verən əsas maddə qırmızı rəngdə olan alizarin, həmçinin yaşıl pigment olan xlorovnin (rubixlor turşusuna oxşar) tərkiblərindən ibarətdir. Qurudulmuş kök hissəsinin tərkibindən 10%-ə qədər boyaq maddəsi, həmçinin alma və üzüm turşusu, pektin, enzim, pentoz, zülal maddə, az miqdarda yağ maddəsi və s. tapılmışdır. Kökün tərkibində 15–17 %-ə qədər şəkər maddəsi də vardır. Boyaqotu bitkisinin köklərindən ikinci dərəcəli əsas — «krap spirtinin» tapılması da xüsusi elmi əhəmiyyət kəsb edir.

Boyaqotunun kök və kökümsovlarından 11,30% kül maddəsi, mq/q olmaqla K-28,80, Ca-19,30, Mg-1,90, Fe-2,50 makroelementləri mkq/q olmaqla Ba-2,01, Mn-0,43, Si-1,71, Zn-1,43, Co-0,04, Cr-0,65, Al-0,50, Ba-2,01, V-0,46, Se-0,50, Ni-0,63, r-0,60, Pb-0,13, I-0,09, B-43,60 mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Bitkinin kökləri hələ eramızdan əvvəl qədim Misirdə, İranda, Romada, Yunanıstanda nəinki rəngsazların, eyni zamanda təbətlə məşğul olanların da nəzərin özünə cəlb etmişdir. Boyaqotunun dərman xüsusiyyətləri haqqında Hippokrat, Dioskorid, sonralar isə Halen öz əsərlərində dönə-dönə qeyd etmişlər. Onlar boyaqotunun köklərindən hazırlanmış preparatların böyrək xəstəliklərində, sarılıqda, raxitdə, vərəmdə, irinli yaraların sağaldılmasında işlədildiyini göstərmişlər. Bundan başqa sınımış və çatlamış sümük­lərin bitişdirilməsində kök hissəsindən alınmış cövhərdən (məlhəmdən) geniş istifadə olunmuşdur. Tıbet təbətət alimləri Monqolustan və Buryatiya çəmənlərinə gələrək, oradan boyaqotu köklərini toplayıb aparırdılar. İndi bu bitkinin kökləri təsdiq olunmuş dərman bitkiləri sırasına daxildir.

Tıbb aləmində boyaqotu kökündən hazırlanmış ekstraktan, həbdən və çay kimi dəmləməsindən istifadə edilir. Ekstrakt böyrək daşı xəstliyində işlədilir. O, daşı parçalayır, bəzən də insanı daş xəstəliyindən tamamilə azad edir.

Boyaqotundan hazırlanan quru ekstraktan sidik kisəsi, öd və öd yollarında əmələ gələn daşların təmizlənməsində istifadə olunur. Bu preparat böyrəkdə baş verən kəskin spazmatik ağrıları azaldır, kiçik qum və daşların sidik vasitəsilə təmizlənməsinə şərait yaradır. Boyaqotundan hazırlanan cövhər bir çox digər dərmanların tərkibinə qatılaraq «Sistenal» preparatı əldə olunur ki, bundan sidik kisəsi, sidik yolları, böyrək ləyənlərində toplanıb qalmış daşların əzilib orqanizmdən kənar olunmasında istifadə edilir. Boyaqotu preparat ilə fosfat və oksalat təbiətli daşlar əridilir. Preparat qəbul edilərkən alizarin və ruberitrin turşusunun təsiri nəticəsində sidik qırmızı və çəhrayı rəngdə olur.

Preparatdan gündə 3 dəfə 2–3 həb qəbul etmək məsləhət görülür. Qəbuldan qabaq preparatı stəkanın 1/2 hissəsinə qədər doldurulmuş suda həll etmək tələb olunur. Müalicə müddəti 20–30 gündür. Yenidən davam etdirmək lazım gələrsə müalicəni 4–6 həftədən sonra təkrar etmək olar.

Professor V.P.Maxlyuk göstərir ki, boyaqotu kökünün həlimi sidik və ödqovucu dərman kimi yaxşı təsir bağışlayır. Bu cür preparat bir sıra duzların həll edilməsinə və onların orqanizmdən çıxarılmasına kömək edir. Bitki preparatları xalq təbətətində böyrək və ödüün daş xəstəliklərində işlədilir. A.İ.Şreter qeyd edir ki, boyaqotunu uşaqlarda iltihab aradan qaldıran, qan dövranını sürətləndirən, hərərəti azaldan, oynaqlarda şiş əmələ gəldikdə, sümük və əzələlərdə ağrılar baş verdikdə ağrıları azaldan, boğaz

nahiyəsində iltihab və şiş əmələ gəldikdə, ilan dişlədikdə, ishalda digər bu kimi xəstəliklərdə orqanizmə qüvvət verən bir dərman kimi də qəbul etmək olar. Boyaquotu kökünün ekstraktı keçmiş SSRİ klinikalarında sınaqdan keçirilmiş, böyrək və öddə yaranan daş xəstəliklərinin müalicəsində işlədilməsinə icazə verilmişdi.

Orta Asiya respublikalarının xalq təbabətində sarılıq xəstəliyini müalicə etmək üçün və eləcə də hafizə zəiflədikdə boyaquotu kökündən dəmlənmiş halda işlədirlər. Kökün tərkibindəki qırmızı rəngli qlükozid maddəsi böyrəkdə olan daşın yumşalmasını təmin edir.

Müalicə məqsədləri üçün boyaquotundan aşağıda göstərilən qaydada istifadə etmək olar: 1 çay qaşığı miqdarında doğranmış boyaq otu kökü 1 stəkan qaynanmış suda 8 saat müddətində dəmlənir, tənzifdən süzülür, stəkanda qalan köklərin üstünə bir stəkan da qaynar su tökməklə 15 dəqiqə dəmlənir, yenə tənzifdən süzülür. Sonra hər iki maye qarışdırılır. Bir gün müddətində hər dəfə yarım stəkan miqdarında gündə 4 dəfə daxilə qəbul edilir. Güclü sidikqovucu xassəyə malik olduğu üçün onu çox işlətmək olmaz. Böyrək daşı xəstəliyində boyaquotu kökünü işlədən şəxslər bunu ancaq həkimin icazəsi ilə edə bilərlər.

Təəssüflə qeyd etmək lazımdır ki, respublikamızda boyaquotunun ehtiyatı xeyli azalmışdır. Unutmaq olmaz ki, boyaquotu mühafizə olunan bitkilər sırasına daxildir. Hazırda Azərbaycanın heç bir yerində boyaquotu bitkisi əkilib-becərilmişdir. Azərbaycan xalçalarının keçmiş şan-şöhrətini özünə qaytarmaq və eyni zamanda apteklərimizi xammalla təmin etmək üçün bu qiymətli bitkini geniş sahələrdə əkilib-becərmək lazımdır.

Bitkini toxum vasitəsilə artırıb-çoxaldırlar. Toxumlarını yaz fəslində 2–3 sm dərinlikdə əkirlər. Cərgələrin arası 60–70 sm olmaqla hər hektar sahəyə 15–20 kq toxum səpmək məsləhət görülür.

Qazılıb çıxarılmış kök və kökümsovları əl ilə torpaq və digər qarışıqlardan təmizləyərək sakit axar suda yuyur, mehdəyən kölgəli açıq havada və yaxud 45–50 dərəcə temperaturda odla qızdırılan sobalarda qurudurlar. Kökün saxlanma müddəti 3 ildir.

Boyaq kökündən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Boyaquotundan hazırlanan preparatlardan bakterisid, sidikqovucu, ödqovucu, spazma əleyhinə, böyrək və sidik kisəsində daşlaşmış qalmış oksalat, fosfat birləşmələrinin parçalanıb orqanizmdən kənar edilməsində geniş istifadə edilir.

Böyrək və öd kisəsində olan daşların əridilib kənar edilməsində. 1 çay qaşığı doğranmış boyaquotu kökündən götürüb, 1 stəkan qaynadılmış soyuq suyun üzərinə tökün və 8 saat saxlayıb süzün. Qaynadılmış xammalın üzərinə yenidən 1 stəkan qaynar su əlavə edib, 10 dəqiqə dəmə qoyduqdan

sonra süzüb birinci dəfə aldığımız ekstraktla qarışdırın. 5 dəqiqə qaynadıb süzün. Aldığımız dəmləmədən səhərlər isti halda qəbul edin.

Böyrəkdə fosfat birləşmələrindən olan daşların əridilməsi. 1 çay qaşığı doğranmış boyaqotu kökündən götürüb 1 stəkan qaynadılmış soyuq suya tökün və 10 saat dəmlədikdən sonra 5 dəqiqə qaynadıb süzün. İsti halda səhərlər qəbul edin.

Sidik kisəsində olan daşların orqanizmdən kənar edilməsində. Narın toz halına salınmış boyaqotu kökünün tozundan çay qaşığının 1/4 hissəsi qədər götürüb gündə 3–4 dəfə yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicəni 1 həftə davam etdirin. Bu zaman sizin sidiyinizin rəngi qırmızıya çalacaqdır. Bu sizi qorxutmasın. Belə də olmalıdır.

Böyrək və sidik kisəsində olan oksalat və yaxud fosfat birləşmələri çıxarılıb qurtarıqdan sonra kofe məşimindən keçirilmiş boyaqotu tozundan çay qaşığının 1/4 hissəsi qədər götürüb gündə 2–3 dəfə qəbul edin. Müalicə kursunu 3–5 gün davam etdirin.

Uşaqlıq qanaxmalarında. Bunun üçün toz halına salınmış boyaqotu toxumundan çay qaşığının 1/4 və yaxud 1/5 hissəsi qədər götürüb gündə 2–3 dəfə yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicə kursu 5–7 gündür.

Revmatizm xəstəliyinin müalicəsində. Gərgin fiziki işdən sonra ağrıyan qollarınızı normal hala salmaq üçün eyni miqdarda bal və toz götürüb qarışdırıb, alınan məlhəmdən ağrıyan yerə sürtüb, müalicə edin.

Diqqət! Boyaqotu az-çox dərəcə zəhərli olduğundan müalicə preparatları hazırlayarkən götürülən dozaların miqdarına diqqət edin. Boyaqotu dəmləmələrini mədə və onikibarmaq bağırsağında yaraları olan xəstələr üçün məsləhət görmürlər.

Doqquzdon — *Caprifoliaceae* fəsiləsi

Gəndəlaş — *Sambucus*

Qədim dövrün insanları gəndəlaş uzun müddət müqəddəs bir varlıq kimi sevmiş və onu həmişə mühafizə etmişlər. Onlar insanları qorxudaraq deyirdilər ki, kim gəndəlaş qırsa və yaxud kəssə Allahın qəzəbinə tuş olar.

Gəndəlaşın bütün hissələrindən — çiçək, meyvə, qabıq, kök və yarpaqlarından müalicə məqsədləri üçün bir sıra xəstəliklərin sağaldılmasında istifadə edirmişlər.

Bitkinin ağ rəngli çiçəkləri may–iyun aylarında çiçək açır, avqust–sentyabr aylarında şirəli qara-bənövşəyi rəngli meyvələri yetişir. Müalicə məqsədləri üçün ən çox çiçək və yetişmiş meyvələrindən istifadə edilir.

Gəndəlaşın tərkibində zəngin C, E, mineral duzlar kompleksi aşkar edilmişdir. Giləmeyvənin tərkibindən karotin, rutin, efir yağı, üzvi turşular və s. tapılmışdır. Çiçək və meyvələrindən hazırlanan ekstrakt və dəmləmə-

lərindən öskürək, soyuqdəymə, homeopatiya, nəfəs yolları xəstəliklərində (xüsusən də astmada) və yeyeinti sənayesində istifadə edilir. Meyvə, yarpaq və budaqlarından alınan ekstraktlarından laringit, grip, quru öskürək, bronxit, böyrək xəstəliklərində istifadə edilir. Meyvəsindən hazırlanmış şirəsindən şəkər, hepatit, mədə yaralarında, revmatizm, əsəb sistemi pozuntularında və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Gəndələşin meyvəsi zəhərlənməyə qarşı əvəz olunmayan vasitə hesab edilir. Meyvələri orqanizm üçün zəhərli təsirə malik toksiki maddələri tez orqanizmdən kənar edir. Gəndələşin çiçəklərindən hazırlanan çaydan damar divarlarının möhkəmləndirilməsində və elastikliyin artırılmasında istifadə edilir. Ukrayna və Belorusda gəndələşdən qurdsalıcı, qabıqlarından soyuqdəymənin, podaqra, sümüük sınıqlarında, diş ağrıların aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Bosniya və Hersoqovina xalq təbabətində yarpaqlarının üzərinə bitki yağı əlavə edib qızdırıb, çiçəyinin isə isti ağ şərəbda ekstraktını hazırlayıb ayaq ağrılarını, su çiçəyini, Polşada çiçəyindən hazırlanan ekstraktından öskürəyin, qulaq ağrıların, İngiltərədə meyvə və nektarından dadlı şərəb növləri hazırlayıb bir sıra xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir.

Gəndələşdən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Grip, kəskin nəfəs yolları xəstəliklərinin müalicəsində. Bərabər miqdarda, yəni 1:1 nisbətində qara gəndələşin qurudulmuş yarpaq və çiçəklərindən 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya töküüb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Sidikqovucu vasitə kimi. 1 xörək qaşığı qurudulmuş qara gəndələş yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub, 5 dəqiqə qaynadın, soyudub süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Babasil və dəri səpmələrinin (bolqar xalq təbabətindən) müalicəsi üçün. 2 çay qaşığı gəndələş çiçəklərindən götürüb 10–15 dəqiqə dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı bütün gün ərzində qurtum-qurtum qəbul edin.

Baş ağrıların aradan qaldırılmasında. 1 xörək qaşığı qara gəndələşin qurudulmuş çiçəklərindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 20 dəqiqə dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə tərkibinə zövqünüzə görə bal qatıb stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Ağız boşluğunun qarqara edilməsi üçün. 1 xörək qaşığı qurudulmuş gəndələş meyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynadılmış suya töküüb 30 dəqiqə dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı isti-isti (çox da isti olmasın) ağız boşluğunu gündə bir neçə dəfə qarqara edin.

Mastopatiya zamanı. 1 stəkan qara gəndələş meyvəsi bir o qədər də şəkər tozu götürüb meyvənin üzərinə səpin. Otaq temperaturunda 21 gün

saxlayın. Sonra süzüb gündə 1 stəkanı 3 dəfə az-az acqarına qəbul edin. Müalicə müddəti bir aydır.

Qara meyvəli gəndəlaşdan ləzzətli yeməklərin hazırlanması.

Qara gəndəlaşın çiçəklərindən mürəbbə və marmelad hazırlanır, xəmirə qatıb müxtəlif növ yeməli məmulatlar bişirir, meyvəsindən ədviyyat kimi supun tərkibinə qatırlar. Meyvəsindən mus, qoğal içi, cem, kisel, çay və kofe əvəzi kimi istifadə edirlər. Şirintəhər-turş dada malik olan giləmeyvəsi çaxır, konyak və likörə, spirtsiz içkilərə tünd, kəskinlik verilməsində istifadə edilir. Meyvəsindən alınmış şirəsindən içki və desertlərin tərkibinə daxil edir ki, bu onlara gözəl xoşagələn iy verir.

Gəndəlaş çiçəklərindən hazırlanan şərabdən sümük toxumasının divurlarını möhkəmləndirmək üçün. 10 ədəd gəndəlaş hamaşçiçəyi, 1 kq şəkərdən hazırlanmış sirop, 4 litr su, 1 ədəd limon, 1 çay qaşığı çaxır mayası götürün.

Çiçəyi çiçək saplağından təmizləyib qurudub siropun üzərinə əlavə edin. Sonra limon və çaxır mayası qatın və alınmış ekstraktı geniş boğazlı şüşə butilkaya töküüb bir həftə qaranlıq yerdə saxlayın. Qıçırmaq üçün süzüb, yenidən 1 həftə saxlayın. Hazır olmuş şərabi şüşə butilkaya doldurub ağzını möhkəm bağlayın və sərin yerdə saxlayıb yeri gəldikcə istifadə edin.

Gəndəlaşdan siropun hazırlanması. 1 kq meyvə, 1 kq şəkər tozu, 2 stəkan su götürün. Gəndəlaşın gilməyeyvələrini qaynar suya töküüb 15–20 dəqiqə qaynadın. Sonra şirəni çıxardıb, onun tərkibinə şəkər tozu əlavə edib qaynadıb, soyudun və şüşə butilkalara doldurub soyuducuda saxlayın. Hazırladığımız müalicə siropundan qankəsici vasitə kimi eləcə də immunitetin artırılmasında daxilə qəbul etmək məsləhət görülür.

Gəndəlaş meyvəsindən cəmin hazırlanması. 1 kq gəndəlaş meyvəsi, o qədər də şəkər tozu, stəkanın 1/5 hissəsi qədər su götürün. Giləmeyvəni meyvə budaqlarından təmizləyin. Əzib üzərinə şəkər tozu və su əlavə edib, qatılana qədər bişirin.

Gəndəlaş çiçəyinin qozla qarışığından mürəbbənin hazırlanması. 1 kq quru gəndəlaş çiçəyi, 0,75 kq bal, 5 stəkan şəkər, 1,5 stəkan xırda doğranmış qoz ləpəsi, 1 stəkan su götürün. Çiçəkləri çətirdə olan qönçələrin hamısı çiçək açan zaman, dərib toplayın. Əgər çiçək çətinliklə qoparsa onda onları selofan paketlərə doldurub ağzını bağlayıb 1 gün soyuducuda saxlayın. Çiçəyin üzərinə kifayət qədər su töküüb, bişirin və ələyə tökün. Ələkdə olan çiçək kütləsini sıxmadan ehtiyatla götürüb qaynamayan suya töküüb, üzərinə bal, şəkər və qoz əlavə edin. Mürəbbəni 1 saatdan çox olmamaq şərti ilə zəif odun üzərinə qoyub bişirin.

Gəndəlaşdan kazınakinin hazırlanması. 0,5 kq qara gəndəlaş çiçəyi, 0,5 kq istənilən bal növündən, 1 çay qaşığı xırdalanmış limon qabığı, stəkanın 1/2 hissəsi qədər təmizlənmiş qoz içi götürün. Gəndəlaşın ağ ləçəklərini

qopardıb götürün və üzərindən isti su axıdıb qaynar halda olan balın üzərinə tökün. Limon qabığı və qoz ləpəsi əlavə edib qatılşana qədər bişirin.

Adi başnağacı — *Viburnum opulus*

Dünya florasının tərkibində başnağacı cinsinin 200-ə qədər növünə təsadüf olunur. Onların əksəriyyəti kol və yaxud kiçik ağaclardır. Şimal yarımkürəsinin ərazilərində çox yayılmışdır. Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda 3 növünə təsadüf edilir. Bu növlərdən ən qiymətlişi adi başnağacı — *V.opulus* hesab edilir.

Adi başnağacı — *Viburnum opulus*. Bu hündürlüyü 3–4 (5) metrə qədər olan enliçətirli yumurtayabənzər kol bitkisidir. Budaqları çılpaqdır. Yarpaqları qarşı-qasıya düzilmiş uzunluğu 5–12 sm olub dairəvi və yaxud yumurtavari-dairəvidir. Çiçəkləri ağımtıl, iri formada toplanmışdır. Meyvələri giləmeyvə, şirəli oval formalı parlaq-qırmızı, acımtıl olub, diametri 8–10 mm, hamar çəyirdəyə malikdir.

Gözəl görkəmli başnağacı tərkibindəki faydalı maddələrin keyfiyyətinə görə floramızda yayılan bitkiləin ən qiymətlişi sayıla bilər. Yazda açılan azca yaşıla çalan ağ rəngli ətirli çiçəkləri insanın gözlərini oxşayır. Payızda isə parlaq-qırmızı rəngli meyvələrinin ağırlığından budaqları aşağı, yerə doğru əyilir. Bu, bitkinin bərəkətli bol meyvə əmələ gətirdiyinə dəlalət edir.

Quşarmudundan fərqli olaraq başnağacının meyvələri qış dövründə, saxtada qopub qarın üstünə düşümlər. Başnağacının meyvəsinin çəyirdəyi ürək formasında olur. Elə bir meyvə və giləmeyvə tapılmaz ki, bunun qədər xəstə ürəklərə şəfa versin. Bundan başqa parlaq-qırmızı meyvəsinin tərkibindəki askorbin turşusunun miqdarı 2 dəfə sitrus meyvələrindən artıqdır. Tərkibindəki dəmirin miqdarı limon və apelsindəkindən 5 dəfə artıqdır.

Adi başnağacı Azərbaycanda Samur–Dəvəçi düzənliyində, Quba ərazisinin şərq və qərb hissələri, Alazan–Əyriçay vadisində, Kiçik Qafqazın şimal və cənub rayonlarında, Lənkəranın dağlıq ərazilərindən başlayaraq orta dağ qurşaqlarına qədər yayılmışdır. Bundan başqa adi başnağacına meşələrdə, çay kənarlarında, kolluqlar içərisində, meşə sahələrində, dağınq halda rast gəlinir.

Adi başnağacının qabıq hissəsindən 6,5% qatran, üzvi turşulardan qarışqa, sirkə, izovalerian və s., fitosterolin — $C_{38}H_{56}O_6$, fitosterin — $C_{27}H_{46}O$, kristall formalı turşu — $C_{19}H_{18}O_2$, mirisilin spirti — $C_{31}H_{64}O$, 2%-ə qədər aşı, flobofenov və az öyrənilən «viburnin» və s. maddələr aşkar edilmişdir. Giləmeyvəsinin tərkibindən isə 32% sadə şəkərli maddələr, 3%-ə qədər aşı, o qədər də üzvi turşular və askorbin turşusu müəyyən edilmişdir.

Adi başnağacı qiymətli dərman təbiətli, qida əhəmiyyətli, aşı və boyaq xüsusiyyətli kol bitkisi sayılır.

Ukrayna ərazisində yayılan adi başnağacı meyvəsinin tərkibindən 460–310 mq% aşu və boyaq maddəsi aşkar edilmişdir. Ukraynanın dağətəyi və dağlıq sahələrində yayılan nümunələrinin giləmeyvəsindən 440 mq% polifenol birləşmələri aşkar edilmişdir (Borux, 1976). Ekoloji şəraitdən asılı olaraq müxtəlif illərdə adi başnağacının meyvəsinin tərkibindəki bioloji aktiv maddələrin miqdarı da müxtəlif olmuşdur. Məsələn, Ukraynanın meşə çöllüklərində 1964-cü ildə giləmeyvədə 1660 mq% p-birləşmələri aşkar edildiyi halda 1965–910, 1967–1210, 1969–910, 1977–1350 mq% olmuşdur. Bu vaxtlarda Latviya ərazisində yayılan adi başnağacı giləmeyvəsində 42 mq% polifenol birləşmələri aşkar edilmişdir (Qutmanis, 1961). Onu da qeyd etmək lazımdır ki, bitkinin meyvəsinin yetişməsi uzun bir dövrdə baş verir. Ona görə də meyvə təzə halda uzun müddət öz kimyəvi tərkibini itirmədən qalır.

Meyvə tədricən yetişməyə başlayan andan tam yetişmə fazasına qədər olan dövrdə polifenol birləşmələri artıb son həddə çatır. Meyvə yetişib qurtardıqdan sonra kolda qalan meyvələrin, eləcə də xüsusi anbarlarda saxlanılan meyvələrin tərkibində olan polifenol birləşmələri tədricən azalmağa başlayır. Sentyabr ayının axırlarında toplanan adi başnağacı meyvəsinin tərkibində 1350 mq% polifenol birləşmələri olduğu halda, 2,5 aydan sonra onun tərkibindəki polifenol birləşmələrin miqdarı 20%, mart ayında isə 35–40% (yəni 810 mq%) azalmış olur. Bitkinin meyvəsinin tərkibindəki antosian maddələr meyvə yetişməyə başlayan andan artmağa başlayaraq tam yetişib başa çatdıqda artıb son həddə çatır. Məsələn Ukraynada mədəni halda əkilib-becərilən adi başnağacı kolundakı yetişmiş meyvədə antosianın miqdarı 95–320 mq%, Karlasda yetişmiş qara rəngli meyvənin tərkibindəki 770 mq%, Novosibirskdə isə 1270–1580 mq% olmuşdur (Rodina, 1976).

Aparılan elmi tədqiqatlar zamanı müəyyən edilmişdir ki, antosian bitkidə gedən prosesləri nizamlamaqla yanaşı, bitkini aşağı temperatordan, radiasiya şüaları, zərərli təsirlərindən qoruyur və yeyinti sənayesində qiymətli boyaq maddəsi kimi geniş istifadə olunur.

Cədvəl 5. Müxtəlif illərdə adi başnağacı meyvəsinin kimyəvi tərkibində baş verən dəyişikliklərin %-lə miqdarının göstəricisi.

İl	Quru maddə	Ümumi şəkər	Ümumi turşuluq	Askorbin turşusunun mq%-lə	Aşu və boyaq maddələrinin ümumi miqdarı
1963	28,8	11,35	2,08	39,6	1,10
1964	17,7	10,92	2,12	31,36	1,66
1965	20,2	7,59	19,4	10,21	0,91
1968	18,2	8,13	1,86	14,6	1,20
1977	19,4	6,63	1,39	7,0	1,35

Biz isə ilk dəfə olaraq adi başınağacının qabıq və meyvələrindən boyaq ekstraktı hazırlayıb yun ipi sarı, sarı-narıncı, narıncı, narıncı-yaşıl, narıncı-tütünü, bozumtul, qonur, açıq qəhvəyi, şabalıdı, bənövşəyi, göyümtül və s. rəng və çalarlara boyadıq.

Müalicə məqsədləri üçün aprel və may aylarında toplanan qabıq və giləmeyvəsindən istifadə olunur.

Başınağacının meyvələrindən hazırlanan dəmləmə cövhərlər qankəsi-ci, antiseptik, soyuqdəymə əleyhinə, yarasəğaldıcı təsirə, qıcolmada, əsəb sisteminin sakitləşdirilməsinə istifadə edilir.

Başınağacı meyvəsindən alınan preparatların farmakoloji xüsusiyyətlərini öyrənərək belə nəticəyə gəlmişlər ki, bu preparatlar insan orqanizmi üçün heç bir mənfi təsirə malik deyildir. Belə ki, bitkinin qabıq, yarpaq və çiçəklərindən hazırlanan dərman preparatlarından qanın laxtalanmasında, qanın kəsilməsində, soyuqdəymədə, uşaqlıq əzələləri tonusunun aşağı salınmasında və s. işlədilir. Adi başınağacının qabıq hissəsindən hazırlanan ekstraktlardan mamaçılıq-ginekoloji praktikasında uşaqlıq qanaxmalarının, abortdan sonra baş verən kəskin qanaxmaların dayandırılmasında istifadə edilir. Bundan başqa adi başınağacının qabıq, yarpaq və meyvəsindən alınan preparatlardan babasil, daxili qanaxmaların, mədə-bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edən zaman 2–3 gündən sonra öz müsbət təsirini göstərməyə başlayır.

Xalq təbabətində başınağacının preparatlarının öskürək, soyuqdəymə, hıçqırıq, skleroz, ağ ciyər vərəminin, mədə xəstəliklərinin, eləcə də uşaqlarda baş verən diatez, uşaq ekzemalarında, dəri vərəmində, ürək, böyrək və mədə xəstəliklərinin müalicəsində gözəl nəticələr verməsi elmi və praktiki təcrübələrlə müəyyən edilmişdir. Qabığından hazırlanan cövhərindən nev-rastiyada, isteriyada, epilepsiyada, hipertonik xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir (A.S.Simirova, V.M.Yadrova, 1968, Q.B.Kazanova, 1973, V.İ.Zavpajnov və başqaları, 1977).

Avitaminozda. Hər gün yeməkdə qabağı stəkanın 1/3 hissəsi qədər təzə meyvəsindən yeyin. Müalicə kursu 2–3 həftədir. Yazqabağı avitaminoza qarşı profilaktiki tədbirlər aparmaq üçün, həmçinin orqanizmin ümumi vəziyyətini yaxşılaşdırmaq üçün tonusartırıcı içkilərdən istifadə edin.

Bunun üçün şaxta düşdükdən sonra 2 stəkan təzə yığılmış başınağacı meyvəsindən götürüb fəmisləyib, yuduqdan sonra üzərinə stəkanın 1/3 hissəsi qədər şəkər tozu əlavə edib bütün gecəni soyuducuda saxlayın. Səhər tezdən soyuducudan götürüb şirəsini tənizfədən süzün. Şirənin üzərinə 3 xörək qaşığı bal, əvvəlcədən hazırlanmış 2 xörək qaşığı nanə cövhəri əlavə edib qarışdırın. Məlhəmdən gündə 4–5 dəfə 1 stəkan həcmində qəbul edin. Aldığınız dərman preparatını soyuducuda saxlayın. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Qanazlığı və ağır keçən xəstəlikdən sonra. Bunun üçün stəkanın 2/3 hissəsi qədər təzə başınağacı meyvəsi, doğranmış əzvey yarpağı, 1 stəkan ət maşınından keçirilmiş qoz ləpəsi, qabığı ilə birlikdə doğranmış orta böyüklükdə 1 ədəd limon, 200 q duzlanmamış donuz piyi, 7 xörək qaşığı (may ayında toplanmış) bal götürün. Götürdüyünüz komponentləri bir-biri ilə yaxşı qarışdırıb, soyuducuda saxlayın. Aldığınız qatışıqdan gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən sonra qəbul edin.

Kəskin astma xəstəliklərində yardımçı vasitə kimi. Hərəsindən bir stəkan olmaqla təzə başınağacı şirəsi, əzvey, konyak və 7 xörək qaşığı bal götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Sonra aldığınız qarışığı şüşə balona doldurub ağzını bağlayın və soyuducuda saxlayın. Qarışıdan 1 xörək qaşığı gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 1 aydır.

Bronxit zamanı. 1 xörək qaşığı təzə başınağacı meyvəsini əzib, zəif qızdırılmış balın üzərinə töküüb cövhərini hazırlayın. 5–6 saat saxladıqdan sonra alınmış qatışıqdan gündə 4–5 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edib, arterial təzyiqi qaydaya sala bilərsiniz. 1/2 xörək qaşığı qəbul edib aşağı qan təzyiqinizi normaya sala bilərsiniz.

Ağ ciyər soyuqdaymalarında. Bunun üçün bərabər miqdarda andız, başınağacı, itburnu meyvəsi, aptek çobanyastığı və məxmərgülü (kalendula) çiçəklərindən götürüb bir-biriləri ilə qarışdırın. 2 xörək qaşığı qatışıqdan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb termosda bütün gecəni dəmləyin. Sonra süzüb aldığınız dəmləmədən isti halda gündə 3 dəfə 1–2 xörək qaşığı yeməqabağı qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Hipertoniya zamanı. Bunun üçün 2–3 xörək qaşığı başınağacı meyvəsinin şirəsindən yeməqabağı qəbul etməyi məsləhət görürlər. Və yaxud 2 xörək qaşığı təzə başınağacı meyvəsindən götürüb emal qaba töküüb əzin və üzərinə 1 stəkan qaynar su töküüb 7–10 dəqiqə su hamamında saxlayıb soyudun. Sonra meyvəni sıxıb şirəsini çıxardın və süzün. Aldığınız ekstraktın üzərinə qaynar su əlavə edib 1 stəkan həcminə çatdırın və stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 3–4 dəfə yeməqabağı qəbul edin. Müalicə kursunu hər altı aydan bir 2–3 həftə aparmaq məsləhət görürlür.

Ürək çatışmamazlıqları və yaxud işemiya zamanı. Bunun üçün eyni miqdarda qurudulmuş başınağacı, itburnu, qırmızı quşarmudu, üzüm və ərik meyvəsi və giləmeyvələrdən götürün. Sonra qarışıqdan 1/2 stəkan götürüb 1 litr qaynar suya töküüb, termosda 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə 1 stəkan çay kimi qəbul edin. Müalicəni vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Ürəyin işləmə qabiliyyətinin artırılmasında, stenokardiyanın və taxikardiyanın nizama salınmasında. Bərabər miqdarda qurudulmuş başınağacı, şipovnik, yemişan və quşarmudu meyvəsindən götürün. Sonra qarışıqdan

2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb termosda dəmləyib süzün. Dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməkdən qabaq qəbul edin. Müalicə kursu iki həftədir.

Xərçəng xəstəliyinin profilaktikası və müalicəsi. Həkimlər xərçəngə tutulan xəstələrin müalicəsində şüa terapiyasından və cərrahiyyə işləri aparmaq lazım gəlməyən vaxt bu üsuldən istifadə etməyi unutmasınlar. Aptekdən 250 q çəqə göbələyi alıb onu qazana töküüb üzərinə 2 litr soyuq su əlavə edib 20–30 dəqiqə dəmləyin. Sonra odun üzərinə qoyub qaynama dərəcəsinə gətirin və 1 saat bişirin. Otaq temperaturunda soyudub süzün. Üzərinə 8,5 xörək qaşığı bal, 1 stəkan əzvey şirəsi, stəkanın 1/4 hissəsi qədər sarımsaq şirəsi və başınağacı cövhəri əlavə edin. Aldığınız cövhəri 4 litr suyun üzərinə tökün. Qarışığın ağzını qapaqla bağlayıb, 5–6 gün qaranlıq yerdə saxlayın.

Nə vaxt gördünüz ki, qarışından qabarıqlar çıxmağa başladı, deməli istifadə olunmağa yararlıdır.

Qarışından (içkidən) gündə 2–3 dəfə 3 xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 3 aydan az olmamalıdır. Aldığınız dərman preparatını soyuducuda saxlayın.

Şəkərli diabet zamanı. Əlavə profilaktik tədbir kimi 2 xörək qaşığı qurudulmuş başınağacı və 2 xörək qaşığı ardıc meyvəsi, 8 xörək qaşığı qaragilə yarpağı və stəkanın 1/3 hissəsi qədər kətan toxumu götürüb qarışdırın. Sonra aldığınız qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün. Su hamamıda 15–20 dəqiqə saxladıqdan sonra soyudub süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 2–3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 1 stəkan qəbul edin. Müalicə kursu 10–14 gündür. Müalicəni ildə 3–4 dəfə təkrar edin.

Sidik kisəsində və böyrəklərdə olan daşların əridilməsində əlavə profilaktik tədbirlər üçün. Bərabər miqdarda başınağacı və kök şirəsi götürüb gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən qabaq qəbul edin. Müalicə kursu 1 aydır. Sidik kisəsində və böyrəkdə yeni daş əmələ gəlməsinin qarşısını almaq üçün qantəmizləyici çaydan istifadə edin. Bunun üçün 1/2 stəkan başınağacı meyvəsi, 1,5 stəkan doğranmış itburnu meyvəsi, 2 xörək qaşığı dəmrovotu, 5 xörək qaşığı sürvə (şalfey), 1/4 stəkan şəkər tozu götürün. İtburnu meyvəsini 1,5 litr qaynar suya töküüb 5–7 dəqiqə zəif od üzərində bişirin. Sonra üzərinə dəmrovotu və sürvə əlavə edib 10–12 saat isti yerdə dəmləyib süzün. Cövhərə şəkər tozu və təzə başınağacı meyvəsi əlavə edib yaxşı-yaxşı qarışdırıb soyuducuda saxlayın. Aldığınız içkidən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 20 gündür. Müalicə kursunu 3 aydan bir 2 il müddətində davam etdirin.

Sidik tutulmalarında, prostat vəzinin soyuqlaması zamanı. Bunun üçün bərabər miqdarda tozağacı tumurcuğu və başınağacı meyvəsi götürün. 2 xörək qaşığı qarışıqdan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, termosda 1 saat

dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 10–15 gündür.

Diqqət! Müalicə dövründə gündə 2 litrdən az olmayan su qəbul edin.

Qəbizlik zamanı. Kofeüyüdəndən qurudumuş başınağacı toxumlarını keçirib alınan narın unundan 1 çay qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb ağzını örtün və 5–10 dəqiqə dəmləyin. Sonra üzərinə zövqünüzə görə bal və yaxud şəkər əlavə edin. Aldığınız içkidən gündə 3–4 dəfə yeməkqabağı 1 stəkan gün ərzində qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Nevrozun və yorğunluğun aradan qaldırılması üçün. Bərabər miqdarda başınağacı və yemişan giləmeyvəsindən götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb qaynar suya töküüb, yarım saat dəmləyin. Aldığınız içkini gün ərzində için.

Başqa bitki yağlarından hazırlanan cövhərlər daha yaxşı təsir göstərir. 2 xörək qaşığı quru başınağacı meyvəsi, 4 xörək qaşığı nanə yarpağı, 100 q itburnu meyvəsi götürün. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1,5 stəkan qaynar suya töküüb 15–20 dəqiqə dəmləyin. Sonra cövhəri süzüb yatmadan qabaq için. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarının, mədə turşuluğunun aşığı olmasında, kolitin müalicəsində. 2 xörək qaşığı təzə başınağacı meyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 2–3 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 2 dəfə stəkanın yarısı qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu bir həftədən az olmamalıdır.

Qan təzyiqinin tez-tez aşağı və yuxarı olduğu zaman baş ağrılarının aradan qaldırılmasında. Bunun üçün təzə meyvədən alınmış şirədən gündə 2–3 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicə kursunu vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Aybaşı dövrünün pozuntularının qaydaya salınmasında. 3 xörək qaşığı qurudulmuş başınağacı və ardic meyvəsi, 2 xörək qaşığı qaytarma və sədo otundan götürün. Bir xörək qaşığı qarışıqdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub 3–4 dəqiqə bişirin və soyudub süzün. Aldığınız dəmləmədən yatmadan qabaq 1 stəkan için. Müalicə kursu 10–14 gündür.

Mastopatiyanın müalicəsində köməkçi müalicə vasitəsi kimi. 1 stəkan təzə başınağacı şirəsindən götürüb 3 xörək qaşığı balla qarışdırıb, gündə 2 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkdən 1 saat sonra qəbul edin. Axsamlar isə bir neçə qat tənziif ekstraktından hopdurub xəstə döşünüzün üzərinə qoyun. Müalicəni vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

İmmunitetin artırılmasında. Bərabər miqdarda itburnu meyvəsi, başınağacı, bədrənc və şüvərən götürüb bir-biri ilə qarışdırın. Bir xörək qaşığı

doğranmış qarışıqdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb termosda 2 saat ərzində dəmləyin. Aldığınız cövhərdən gündə 3–4 dəfə yarım stəkan qəbul edin. Müalicəni hər yarım ildən bir 2–3 həftə təkrar edin.

Ekzema zamanı. Gündə 3–4 dəfə 4:1 nisbətində su ilə başınağacı şirəsini qatışdırıb xəstə nahiyənin üzərinə sürün. Bunun üçün 2 xörək qaşığı təzə başınağacı meyvəsindən götürüb həvəngdəstədə əzib, 1 stəkan qaynar suyun üzərinə tökün. Ağızını bağlayıb 20–30 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız içkidən gündə 2–3 dəfə stəkanın yarısı qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicəni vəziyyətiniz yaxşılaşana qədər davam etdirin.

Diqqət! Başınağacı meyvəsindən hazırlanan preparatlardan damar genişlənmələrində, tromboflebitdə, qanı qatı olanların, mədə turşusu artıq olan və hipertoniyalı xəstələrin qəbul etmələri məsləhət görülmür.

Adi doqquzdon — *Lonicera caprifolium*

Dünya florasının tərkibində 200-ə qədər növü yayılmışdır. Qafqazda 7, o cümlədən də Azərbaycanda 5 növünə rast gəlmək olar. Bu növlər haqqında qısaca olsa da oxuculara məlumat verməyi qərara aldıq.

Adi doqquzdon — *Lonicera caprifolium* çox da hündür olmayan, sarmaşan və yaxud dırmaşan gövdədən ibarət olan bitkidir. Sərt, qısa saplaqlı yarpaqları ovalvari olub, 3,5–10 sm uzunluğundadır. Yuxarıda yerləşən dəri ovalvari yarpaqları cüt-cüt birləşərək kaşavari forma əmələ gətirir.

Ətirli, iri oturacaqlı, çiçəkləri bir neçə süpürgəvari hamaş çiçəyi əmələ gətirir. Çiçəktacı çəhrayı, sarımtıl və yaxud sarımtıl-ağ rəngdə olub 5 sm uzunluğundadır. Meyvəsi qırmızımtıl-narıncı rəngli giləmeyvədir. Toxumları ellipsvaridir.

Adi doqquzdon Azərbaycanın Samur–Dəvəçi düzənliyində və Quba zonasında, Qobustanda, Kiçik Qafqaz ərazilərində düzənlik sahələrdən başlanmış, orta dağ zonalarına qədər yayılmışdır.

Təzə şirəsindən və eləcə də spirtli çıxarışından (cövhərindən) homeopatiyada, mikrobəleyhinə və s. işlədilir. Yarpağından hazırlanmış dəmləmələrdən boğaz ağrılarında yaş sargı kimi istifadə edirlər. Təzə şirəsindən mədə yaralarında, bir sıra dəri xəstəliklərində, çiçəyindən hazırlanan dəmləmələrdən isə bəlgəmgətirici, ağrıkəsici kimi, bronxial astmalarda, göz ağrılarında və s. istifadə olunur. Ətriyyat sənayesində geniş işlədilir. Nektar, bəzək, boyaq xüsusiyyətlərinə malik bitkidir.

Çiçəkaltılı doqquzdon — *L.bracteolaris* çoxbudaqlı kol bitkisidir. Tumurcuqları iki kasacıqda birləşərək sıx yerləşir. Çılpaq cavan budaqları nazik olur. Yarpaqlarının uzunluğu 1,5–3 sm, eni 1,5–1,8 sm olub, qısa sap-

laqlı, ellipsvari-uzunsov və yaxud yumurtayaoxşardır. Çiçək tacı sarımtıldır. Meyvəsi birtoxumludur.

Azərbaycanda Naxçıvan MR-in dağlıq zonalarında yayılmışdır.

Gürcü doqquzdonu — *L.iberica* 50–200 sm hündürlüyündə, dağınıq budaqlara malik kol bitkisidir. Yarpaqları 2–3,5 sm uzunluğunda qısa saplaqlı yumurtayaoxşar, bəzən də dairəvi şəkildə olur. Çiçək altlığı uzunsov-lansetvaridir. Çiçək tacı sarımtıldır. Gələmeyvələri iki ədəd olub, bir-biri ilə birləşmişlər.

Gürcü doqquzdonuna Azərbaycanda aşağı dağlıq zonalardan başlamış, yuxarı meşəliklərdən subalp çəmənliklərinə qədər rast gəlmək olar.

Qafqaz doqquzdonu — *L.caucasica* hündürlüyü 0,5–3 m-ə qədər olan kol bitkisidir. Qısa saplaqlı yarpaqları enli, ovalvari — yumurtaformalı, uzunsovdur. Çiçəkləri qoltuqda tək-tək yerləşmişdir. Qırmızımtıl-bənboşəyi rəngli çiçək tacı çilpaq olur. Meyvəsi sarımtıl, qara rəngdədir.

Qafqaz doqquzdonu Azərbaycanın Quba, Qobustan və Lənkəranın dağlıq ərazilərində yayılmışdır. Qiymətli bəzək bitkisi sayılır.

Meşə doqquzdonu — *Lonicera xylosteum*

Meşə doqquzdonu — *L.xylosteum* hündürlüyü 1–2 m olan kol bitkisidir. Cavan budaqları yumşaq tüklərlə örtülmüşdür. Qısa saplaqlı yarpaqları 3–6 sm uzunluğundadır. Xalaoxşar, uzunsov, yumurtavaridir. Çiçək tacı yumşaq, sarımtıl-ağ tüklərlə örtülmüşdür. Meyvəsi qırmızı rəngdədir. Quba bölgəsinin orta, dağlıq ərazilərində yayılmışdır.

Tərkibindən efir yağı, loqanın, sverozid, saponin, alkaloid ksilostozidin, lokislostozidin A, loksilostozidin B, aşı və flavonoid maddələri meyvəsindən sekoloqanın və s. tapılmışdır.

Komi xalqı kökündən hazırlanan cövhəri nəmli sarğı kimi ağrıyan yerlərə qoyub, dəri səpgilərində, sürtgü kimi istifadə edirlər. Kökündən hazırlanan preparatlar çibanların, irinli yaraların, dəri səpgilərinin müalicəsində işlədilir. Meyvə, budaq və qabıq hissələrindən hazırlanan dəmləmə, cövhər və vannaları dermatit, xənzir, isitmə, homeopatiyalar, qıcolma və paralicdə işlədilir. Nektar, yem, bəzək bitkisi sayılır.

Doqquzdon meyvəsinin şirəsi qanazlığında da geniş tətbiq edilir. Qiymətli bəzək bitkisi kimi bağ və parkların yaşıllaşdırılmasında istifadə olunur. Sıx kol formasında bitən bu növlər uzunömürlü olub bağların bəzəyi sayılır.

Şirəli meyvələrini təzə halda, şəkərlə qatışdırıb cəm, mürəbbə, şirə, şərbət və s. hazırlayırlar.

Bundan əlavə meyvələrindən müalicə vasitəsi kimi Tibet təbabətində geniş istifadə edilir. Meyvəsinin tərkibindən sulu karbonlar, vitamin kompleksi, flavonoid maddələri aşkar edilmişdir.

Doqquzdon meyvəsi kosmetika sahəsində də geniş tətbiq edilir. Həmçinin soyuqdəymədə, kapilyarların möhkəmləndirilməsində, sifət və dəridə olan dəmrov, yara və qaşınmaların müalicəsində də işlədilir.

Pişikotu — *Valerianaceae* fəsiləsi **Dərman pişikotu — *Valeriana officinalis***

Dərman pişikotu — *Valeriana officinalis* 60–120 (200) sm hündürlükdə yerüstü gövdəyə malik, yarpaqları lələkvari, ətli kökü olan çoxillik otur. Ətirli ağımtıl-cəhrayı rəngli çiçəkləri yumşaq hamaşçiçəkdə toplanaraq iyul–avqust aylarında çiçək açır.

Dərman pişikotu Azərbaycanın Böyük Qafqazın Quba rayonunda və Kiçik Qafqazın mərkəz və şimal hissələrində, Kür–Araz düzənliyində, aşağı dağ qurşaqlarında, subalp zonasının meşəliklərində, meşə açıqlıqlarında, nəmli və bataqlıq çəmənliklərində, quru sahələrdə yayılmışdır.

Müalicə məqsədləri üçün kəskin xoş iyə malik köklərindən istifadə edilir.

Pişikotunun köklərindən hazırlanan preparatlar sakitləşdirici, qıcolma, sidikqovucu, təzyiqli aşağı salan, ürək-damar sistemini nizama salmaqla yanaşı, tac damarların genişləndirilməsində istifadə edilir.

Tac damarlarının xroniki pozuntuları, eləcə də taxikardiya zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb termosda 8 saat dəmlədikdən sonra süzün. Birinci 2 həftə ərzində gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər, o birisi 2 həftə ərzində isə 2 xörək qaşığı, sonra 1 ay müddətində 1 xörək qaşığı qəbul edin. Bir ay ara verdikdən sonra müalicəni yenidən təkrar edin.

Ürək nevrozunda, həmçinin ekzema, neyrodermit, örə xəstəliklərində, psoriazin aradan qaldırılması zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 stəkan suya tökün və ağzını örtüb 6–8 saat dəmləyin. Sonra dəmləmədən gündə 2–3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Mədə-bağirsaq spazmalarında, aybaşı pozuntuları, miqren, klimaks zamanı. 1 çay qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və su hamamının üzərinə qoyub 1,5 saat saxlayıb, soyudub süzün. Sonra stəkanı dolu vəziyyətə gətirib gündə 2 dəfə səhər və axşam stəkanın yarısı qədər qəbul edin. Axşamlar qəbul zamanı ekstraktın tərkibinə 1 çay qaşığı bal qatın.

Apteklərdə satılan pişikotunun kökündən hazırlanan spirtli cövhərindən ürək ağrılarında, nevrozda, həyəcanlanma zamanı, yuxusuzluğun aradan qaldırılması zamanı qəbul edin.

Ürək-damar nevrozu, kəskin stresslərdə, taxikardiya, yuxusuzluq, tac damarların və bağırsaqların spazmaları zamanı. Kamfora və pişikotundan hazırlanan damcısından, tabletkasından istifadə etməyi məsləhət görürlər.

Diqqət! Pişikotu preparatlarından entrokolit zamanı qəbul olunması məsləhət görülmür. Dəmləmə və cövhərindən 15 gündən artıq qəbul edilməsinə icazə verilmir. Normadan artıq istifadə zamanı yuxusuzluq və iş qabiliyyətinin azalması halları baş verə bilər.

Qabaqkimilər — Cucurbitaceae fəsiləsi **Ağ küstüşam («Ukrayna jənşeni») — *Bryonia alba***

Dünya florasının tərkibində qabaqkimilər fəsiləsinin 120 cinsi, 640-a qədər növü yayılmışdır. Bu növlərin əksəriyyəti sarmaşan və yaxud sürünən ot bitkiləri, nadir hallarda isə yarımkol, kol hesab edilir. Bu bitkilər ən çox tropik və subtropik ölkələrdə yayılmışdır.

Fəsilənin bir çox növlərindən qida, dərman və bəzək məqsədləri üçün geniş istifadə edilir. Bu əhəmiyyətli bitkilərdən biri də küstüşamdır.

Küstüşam — *Bryonia* cinsinin 2 növünə Azərbaycan florasının tərkibində yabarı halda rast gəlinir. Ağ küstüşam — *Bryonia alba* və ikievli küstüşam — *B. dioica*.

Hər iki növ küstüşam çoxillik bitkidir. Ağ küstüşam sarmaşan, uzunluğu 3–4 metr olan yarpaqları zəif tükərlə əhatə olunmuşdur. Ağ küstüşamın kökü xaricdən sarımtıl, daxildən isə ağ rəngdədir. Yarpaqları növbəli, saplaqlı barmaqvari-dilimlidir. Uzunsovətli kök hissəsi 1 kq-a qədər olur. Xalq arasında ağ küstüşama — «şeytan turpu» deyilir. Avropa botanika bağlarında bəzək bitkisi kimi əkilib becərilən nümunələrinin kökü 5–6 kq-dan artıq olur. Meyvəsi qara rəngli giləmeyvə olub diametri 7–8 mm-dir.

Azərbaycanın əksər rayonlarının orta dağ qurşaqlarında, meşə kənarlarında, çay vadilərində, alağ bitkiləri içərisində, dincə qoyulmuş torpaqlarda, bağlarda, bostanlarda geniş yayılaraq bol ehtiata malikdir.

Ağ küstüşamının kök hissələrinin tərkibindən sulu karbohidratlardan saxaroza, polisaxaridlər, 0,34% efir yağı, 0,24 alkaloid, zəhərli brionin, brionidin, 0,75% kumarin, yarpaqlarından efir yağı, E, C, karotin, çiçəklərindən karotinoid birləşmələri, toxumlarından isə 13,7–25%-ə qədər yağ və likopin maddələri və s. aşkar edilmişdir. Bitkinin kök hissəsindən hazırlanmış cövhərindən «Akofit» kompleks preparatının hazırlanmasında istifadə olunur. Həmin preparatın köməyi ilə revmatizm, radikulit, homeopatiya, soyuqdəymə, ağrıkəsici, xroniki artritdə, nevrit və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Ağ küstüşamdan hazırlanan preparatlar bronxit, bronxitli pnevmoniyaların, quru pnevmoniyanın, baş ağrılarının, göz xəstəliklərinin müalicəsində də tətbiq edilir. Avropa xalqları çox qədim zamanlardan başlayaraq bitkini astit, ürək xəstəliklərində, eyni zamanda podaqra, qusma, zəif işlədici vasitə kimi işlədirdilər. Bolqarıstanda çiban və səpgilərin, trofiq yaraqların, dia tezin, ziyillərin, piqment ləkələrinin müalicəsində istifadə edilir.

Qaraçay-Çerkəz xalqları vərəmin, pnevmoniya, mədə xəstəliklərində, revmatizmdə, paraliçdə, boğaz və epilepsiya və s. işlədirlər. Ağ küstüşəmin preparatlarından malyariyada, mioziddə, miqren, yarasəğaldıcı, istiqovucu, öskürəkdə tətbiq edilir. Bundan alınan cövhərlə qanın laxtalanmasında, xərcəng çöplərinin inkişafının dayandırılmasında da işlədilir. Kök, zoğ, yarpaq və giləmeyvələrindən qədimlərdə bəd və xoş xassəli şişlərin müalicəsində geniş surətdə istifadə edilmişdir.

Bütün hissələri yarpaq və zoğları, meyvəsi xüsusən də kökləri zəhərli təsirə malikdirlər.

Xalq təbabətində qurudulmuş köklərindən çay dəmləyib ağrıkəsici vasitə kimi, eləcə də malyariyaya qarşı istifadə edilir. Qurudulmuş köklərdən toz hazırlayıb kapliyar qanaxmalarında, dəri yaralarının müalicəsində, araqda hazırlanmış spirtli cövhərindən isə revmatizmdə, podaqrada xaricə sürtmə dərman kimi işlədilir.

Toxumlarının tərkibində olan piyli maddədən kustar üsulla sabun hazırlanır. Giləmeyvələrindən qırmızı boyaq alınır. Müalicə məqsədləri üçün ən çox ətli kök hissəsindən istifadə edilir. Kökünü çiçək açana qədər toplamaq məsləhət görülür. Dərman hazırlamaq üçün nadir hallarda yarpaq və cavan zoğlarından istifadə edilir. Birevli küstüşəm kimi eyni müalicəvi xüsusiyyətlərə malikdir.

Müalicə məqsədləri üçün çəkisi 1 kq-a qədər olan ətli kökündən nadir halda isə gövdə və yarpaqlarından istifadə edilir.

Bitkinin bütün hissələrinin tərkibindən, xüsusilə də kök hissəsindən zəhərli amorf formasız qlükozid brionin — $C_{48}H_{66}O_{18}$, hidroliz olaraq formasız briogenin — $C_{30}H_{46}O_6$ və qlükoza, az öyrənilən brionidir, aşı maddəsi, qatran, sidik cövhəri, alma turşusunun duzu və s. maddələr aşkar edilmişdir. Toxumlarının tərkibindən 25%-ə qədər likopin, yarpaqlarından askorbin turşusu aşkar edilmişdir.

Ağ brioniyadan hazırlanan preparatlardan bakterisid, ağrıkəsici, yarasəğaldıcı, bəlgəmgətirici, sidikqovucu, işlədici, diabet əleyhinə, şiş əleyhinə, parazit qurdların tökülməsində, arterial təzyiğin aşağı salınmasında və ürək fəaliyyətinin işinin yaxşılaşdırılmasında tətbiq edilir.

S.E.Zemlinskiyə görə ağ brioniyadan hazırlanan ekstrakt və cövhərlərdən ağrıkəsici və qankəsici kimi istifadə edilir. Bunun preparatlarından fəqərəarası sinir ağrılarında işlədilir. Az dozalarda (10%-li cövhərindən 30 damcı) götürməklə arterial təzyiğin aşağı salınmasında, ürəyin fəaliyyətinin yaxşılaşdırılmasında, ürəkdə baş verən ağrıların aradan qaldırılmasında, miqrenin, epilepsiya, paraliç və həmçinin uşaqlıq qanaxmalarında istifadə edilir (V.İ.Zavrajnov və başqaları, 1977).

Xalq təbabətində sulu dəmləməsindən epilepsiyada, udlaq və diş ağrılarında istifadə edirlər. Bunun üçün 1 çay qaşığı bitkinin kök hissəsindən gö-

türüb 1 stəkan qaynar suya töküb dəmləyib ilıq halda qarqara etməyi məsləhət görürlər. Bitkinin kök hissəsindən götürüb çətin sağalan irinli yaraların üzərinə qoyub bağlayır və yaranın tezdeşilib irindən təmizlənməsinə səbəb olur (B.Q.Nikolayeva).

Küstüşəmdən hazırlanan preparatlar bakteromid, ağrıkəsici, yarasəğaldıcı, soyuqdəymə, bəlgəmgetirici, sidikqovucu, zəif işlədici, şəkər əleyhinə, xərcəng şişinə, qurd əleyhinə, arterial təzyiği aşağı salan və ürək əzələlərinin işləmə qabiliyyətini artıran xassələrə malikdir.

Astma, bronxit, plevrit, pnevmoniya xəstəliklərinin müalicəsində. 1 xörək qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 20 dəqiqə su hamamında saxladıqdan sonra ikiqat tənzifdən süzüb, üzərinə isti sü əlavə edərək bir stəkan həcminə çatdırın. Yeməkdən sonra gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı qəbul edin. Müalicə kursu 5–7 gündür. Məhlulu soyuducuda saxlamaqla yanaşı, uşaqlardan qoruyun.

Mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarında, hipertoniya, ağ ciyər vərəmində, epilepsiyada, qıcolmalarda və müxtəlif mənşəli şişlərin müalicəsində. 1 çay qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb bir stəkan qaynar suya töküb, su hamamında 10 dəqiqə saxladıqdan sonra süzün. 1 stəkan həcminə gətirib gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən sonra qəbul edin. 5 gün qəbul etdikdən sonra 2–3 gün istirahət verib, müalicə kursunu davam etdirin.

Hipertoniya, ürək çatışmazlığında, ürək ağrılarında. 2 xörək qaşığı otundan götürüb 1 stəkan arəğin üzərinə töküb, qaranlıq yerdə 1 həftə saxlayıb cövhərini aldıqdan sonra süzün. Gündə 3 dəfə 30 damcı götürüb stəkanın 1/4 hissəsi qədər suya qarışdırıb yeməkdən sonra qəbul edin. Müalicəni 7 gün davam etdirin.

Damar və poliartrit revmatizmlərində, podaqrada, fəqərələr arası nevrəliyada, plevrit və bel ağrılarında. 1 çay qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 0,5 stəkan təmiz bitki yağının üzərinə əlavə edib, gün düşən yerə qoyun. 2 həftə hər gün çalxalamaqla saxlayın. Sonra süzüb xəstə nahiyənizə sürtün.

Revmatizm, həmçinin diabet zamanı. Pəhriz saxlamaqla bitki yığımlarından istifadə edin. Bunun üçün 5 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb 1 litr qaynar suya töküb 15–20 dəqiqə qaynadın. Yarım saat saxladıqdan sonra süzüb vannaya tökün. Yatmağa 1 saat qalmış vannasını qəbul edin. Vannanı günəşin qəbul etməyi məsləhət görürlər. Müalicə kursu 12–14 gündür.

Diş ağrılarında. Yarım çay qaşığı otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb, 15 dəqiqə su hamamında saxladıqdan sonra, soyudub süzün. Aldığınız dəmləmədən ağzınızı tez-tez yaxalayın.

Apteklərdə ağ küstüşəmdən hazırlanmış «Brioniya» məzi satılır. Maz soyuqdəymə, ağrıkəsici, damar revmatizmlərinin və artrit ağrıların müalicəsində gözəl effekt verir.

Diqqət! Bitki zəhərli olduğundan ondan hazırlanan preparatlardan daxilə qəbul edən zaman göstərilən dozaların düzgün miqdarda götürülüb istifadə edilməsinə diqqət yetirin. Bitkinin preparatlarından hamilə qadınların və kəskin qlomerylonefritə tutulmuş xəstələrin qəbul etmələri qadağandır.

Qovun (Adi yemiş) — *Melo sativus*

Balqabaqkimilər fəsiləsi 120 cinsi və 640–800-ə qədər növü əhatə edib (Jukovski, 1971; Qurbanov və başqaları 1976) birillik və yaxud çoxillik lian formalı ot bitkisidir. Nadir hallarda kolcuq və ağac formalarında olub yer kürəsinin tropik və subtropik ölkələrinin ərəzilərində təsadüf edilir. Qovunun vətəni Orta Asiya ölkələri hesab edilir. Balqabaq fəsiləsinin ən qiymətli cinslərindən biri də qovundur. Şərqi ölkələrinin xalqları qeyd edirlər ki, «Qovun tükələri parlaq edir, gözü cavanlaşdırır, dodağı tərəvətləndirir». Qovun haqqında deyilən həqiqətlər təcrübədə özünü təsdiq edir. Qovunun tərkibində 10–15%-ə qədər şəkər, fruktoza olduğundan o çox dadlı və xoş tamlıdır. Qovun nəinki insanı gözəlləşdirir, həmçinin onu gümrəh və sağlam edir. Qovunun geniş surətdə əkilib-becərilməsinə baxmayaraq o ekzotik qida hesab edilir. Qarpız qovunun analoqu hesab edilir. Elmi təsnifata görə bu tərəvəz desert (çərəz) hesab edilir. Qovun qiymətli dietik qida məhsulu, qiymətli müalicəvi keyfiyyətlərə malik bitki hesab edilir. Bitki qan dövranını stimullaşdırır, əsəb sistemini sakitləşdirir, ürək çatışmazlığının aradan qaldırılmasında yardımçı rolunu oynayır. Ateroskloerozdan və qanazlığından əziyyət çəkən insanlara payız zamanı hər gün 300 q qovun yeməyi məsləhət görülür. Qovun sidikqovucu, həmçinin qəbizlik və babasildən əziyyət çəkən xəstəliklərin müalicəsində müsbət rol oynayır. Sidik kisəsində olan daşların tökülməsi üçün ancaq qovun yeməyi məsləhət görülür. Xroniki qara ciyər və sidik kisəsi xəstəlikləri zamanı 1 ay gündə 0,5 kq qovun yemək məsləhət görülür. Lif hissəsi çox olan qovunun tərkibində şəkərin, makro və mikro elementlərin faizi aşağı olur. Bundan başqa qovunun bütün sortlarının tərkibində çoxlu miqdarda zülal, sellüloza, uçucu ətirli maddələr, karotin, C, PP vitaminləri, ən çox foli turşusu, pektin, azot birləşmələri, piy və çoxlu miqdarda dəniz elementi və s. aşkar edilmişdir. Bundan başqa qovunun tərkibindən kalium, natrium, kalsium, manqan, dəmir, kükürd, fosfor, mis, kobalt və s. təyin edilmişdir. Qovunun tərkibində olan dəmirin miqdarı südükdən 17 dəfə, toyuq ətindəkindən 2 dəfə çoxdur. Bitkinin tərkibindən çoxlu miqdarda silisium elementi də aşkar edilmişdir. Silisium elementi ən çox qovunun qabığına yaxın hissəsində toplanır. Bir çox mütəxəssisin fikrinə

görə silisiumsuz təbiətdə insan gözəlliyi mümkün olmazdı. İnsanın həyatı və onda gedən müsbət fizioloji proseslər bu elementdən çox asılıdır. O birləşdirici toxumaların işini tənzimləyir, dəri və tüklərdə gedən prosesləri qaydaya salır. Qovun əla bioflavonoid mənbəyi hesab edilir. Qovun tez-tez baş verən kapilyar qırılmaları və qan sızmalarının qarşısını alır və bu təbiətli xəstələrin köməyinə çatır. Qovunun tərkibindəki sellüloza bağırsaqlarda olan mikrofloranın işini tənzimləyir, orqanizmdə yığılıb qalan xolestirini kənar edir. Həzmi yaxşılaşdırır. Hal-hazırda bir sıra Avropa ölkələrində ABŞ-ın mütəxəssisləri tərəfindən işlənib hazırlanan və tibbdə geniş istifadə olunan blisterapiya şirələrlə orqanizmin təmizlənməsi üsulundan geniş istifadə edilir. Bu nəzəriyyəyə əsaslanaraq bir sıra meyvə və tərəvəz şirələri ilə yanaşı qovun şirəsindən də geniş istifadə edilir. Qovun şirəsi başqa şirələrdən fərqli olaraq orqanizmdə tez həll olunur, hüceyrə və toxumalar tərəfindən asan sorulur. Orqanizmdə uzun müddət yığılıb qalmış şlakları təmizləmək üçün qovun şirəsinin tərkibində dondurulmuş meyvələrdən alınan şirələrin qarışığından geniş istifadə edilir. Bu qarışıq şirədən 20 gün ərzində hər gün acqarına qəbul etmək məsləhətdir. Mütəxəssislər qovunun daha bir müsbət cəhətini aşkar etmişlər. Belə ki, qovun çimərliklərdə istirahət edən insanların dərilərinin qısa müddətdə qaralmasını aktivləşdirir. Bizə məlumdur ki, çimərlikdə uzun müddət olan insanların dərisinin qızılı rəngə çalmasının əsas səbəbi günəş şüalarının təsirindən dəridə toplanan melanın pigmentinin toplanmasının az və çoxluğu orqanizmində olan beta karotinoidin miqdarından asılıdır. Qovunun tərkibi beta karotinoidlə çox zəngindir. Buna görə də dərinizi gözəl qaraltmaq istəyirsinizsə çimərliyə getməzdən qabaq hökmən səhər tezdən 300 q-a qədər qovun yeməyi unutmayın.

Qovunun yetişməsinə necə təyin etməli. Qarpızdan fərqli olaraq qovunun yetişib-yetişməməsini təyin etmək üçün müdriklik (ağıllıq) göstərmək üçün hələ ki, elə bir üsul tapılmamışdır. Qovunun yetişmişini seçmək üçün burada əsas qovunun rənginə, qabığın bərkliyinə və iynin xoş ətirliliyinə fikir vermək lazımdır. Qabığın qalınlığı və yaxud nazik «toz» və yaxud sortundan asılı olaraq rənginin bir tonlu olmasına fikir verin. Ən çox qabığı, setkali sortları əkilib-beceirilir. Hərgah siz yetişmiş qovunun qabığını çırtma ilə vursanız, bu vaxt «kal» səs eşidəcəksiniz. Bundan başqa qovunu seçən zaman çalışın ki, onun əzik, batıq və kəskin yumşaq yeri olmasın. Qabığı çox yumşaq olan qovunun tami, çox vaxt acı və yaxud dadsız olur.

Qovun pəhrizi. Əgər istəyirsinizsə ariqlayasınız, qovunun yetişmə dövründə özünü 1–2 gün ancaq qovun pəhrizinə tutun. Yadda saxlayın ki, hərgah orqanizmdə qarpız 16 kkal enerji yaradırsa, qovun 24 kkal enerji əmələ gətirir. Siz 1 gün ərzində ancaq qovunla qidalana bilərsiniz. Bir həftə ancaq qovun qəbul etməklə pəhriz saxlasanız onun nəticəsini aydın aşkar hiss edəcəksiniz. Siz səhərlər qabığı təmizlənmiş qovundan 300–400 q ye-

yin. İkinci dəfə 3 saatdan sonra qovun yeməyi məsləhət bilirlər. Səhər tezdən iştahanız qovun yeməyə çəkmirsə onda bunu günorta vaxtı yeməklə birlikdə qəbul edin. Siz bir həftə ərzində özünüzi qovun pəhrizinə tutsanız onda 2–3 kq çəkinizi azalda bilərsiniz. Sonrakı həftələrdə qovun qəbul etməyi məsləhət görmürlər.

Qovunla pendir salati. 1 ədəd qovun (750 q), toxumu çıxarılmış 250 q yaşıl üzüm və ya qoz, 100 q İsveçrə pendiri, 20 q döyülmüş qoz və yaxud püstə, 1/8 l xama, 100 ml apelsin şirəsi, 1 çay qaşığı şəkərlənmiş darçın, 1 ədəd xırda doğranmış yaşıl bibər, 1/2 çay qaşığı duz götürün. Qovunu təmizləyib xırda hissələrə salıb, üzüm və əzilmiş qozla qarışdırın. Pendiri nazik hissələrə salıb bir kənara qoyun. Marinad üçün qaymaq əlavə edib, ehtiyatla apelsin şirəsi və ədviyyat qatın. Marinadlı, ədviyyatlı salat əldə edəcəksiniz. Pendiri ancaq salati süfrəyə verən zaman əlavə edin. Pendiri qabaqcadan əlavə etsəniz salat kəskin pendir iyi verəcəkdir.

Qovundan toyuq xörəyinin hazırlanması. 1 ədəd toyuq, 1 ədəd qovun, 2 xörək qaşığı şərab, duz götürün.

Toyuğu azca su və şərab qatılmış suda 30 dəqiqə zəif od üzərində qoyub, bişirin. Sonra ehtiyatla toyuğun dərisini soyun. Qovunu yuyub, quruyana qədər silib, sonra qalın hissələrə doğrayıb, toxum və selik hissədən təmizləyin. Qabığını soyun. Təmiz soyulmuş qovunu toyuğun üstünə qoyub qapağını örtün. Qovunu kibrit ilə toyuğa bərkidin. Sonra dərin qazana qoyub üzərinə 1,5 stəkan su əlavə edib, 1,5 saat qaynadın. Qabın qapağını bağlayıb üzərinə ağır əşya qoyub buğun çıxmasının qarşısını alın. 1,5 saat sonra qovunu doğrayıb, toyuğu tikəleyin. Bişərək yumşaq hala keçən qovundan ehtiyatla kəşib toyuq tikələrinin yanına qoyub qarnir əlavə edib süfrəyə verin.

Şəkərlənmiş qovunun hazırlanması. Bunun üçün 1 kq təmizlənmiş qovun, 5 stəkan şəkər tozu götürün. Yetişmiş şirəli qovunu eni 2–4 sm olan dilimlərə bölüb, toxum və selik hissədən təmizləyin və üzərinə şəkər tozu səpib 8–10 saat saxlayın. Çıxmış şirəni başqa bir qaba süzüb qatılşana qədər buxarlandırın. Sonra şirəni doğranmış qovun dilimlərinin üzərinə töküüb qovun parlaq rəng alana qədər bişirin və üzərinə şəkər tozu əlavə edib, təmiz parçanın üzərinə sərib 3–4 gün günün qarşısında və yaxud 40 dərəcə temperaturda mətbəx peçində bişirin. Sonra götürüb üzərinə şəkər tozu əlavə edib şüşə qaba qoyun, ağzını bağlayın və yaxud taxta qutulara qoyub sərin yerdə saxlayın və yeri gəldikcə süfrəyə düzün.

Balqabaq — *Cucurbita pepo*

Dünya florasının tərkibində fəsilənin 120 cinsi və 800-ə qədər növü yayılmışdır. Fəsilənin cins və növlərinə ən çox Asiya, Afrika, Amerika qitələrində rast gəlmək olar.

Ekoloji cəhətdən fəsilənin növlərinə əsasən nemli tropik meşələrdə, isti günəşli səhralarda, mülayim iqlim zonalarında təsadüf etmək olar. Fəsilənin ən əhəmiyyətli cinslərindən biri də balqabaq və ona daxil olan növlər hesab edilir. Balqabaq cinsinin müalicə, qida və bəzək təbiətli növlərindən biri də yunan balqabağı — *cucurbita pepo* hesab edilir. Bu tərkibindəki faydalı maddələrin çoxluğu ilə xüsusi əhəmiyyət kəsb edir.

Belə ki, bitkinin tərkibində mineral duzlar, asan həll olan sulu karbohidratlar, sellüloza, vitamin kompleksi, zülal, şəkər, müxtəlif makro və mikroelementləri aşkar edilmişdir. Bu bitki tərkibindəki kalium, mis, kalsium və fosforun miqdarına görə əksər tərəvəzlərdən üstün sayılır.

Fəsilənin ən mühüm cinslərindən biri də balqabaq — *Cucurbita*-dır. Balqabaq cinsinin 18 yabanı növü məlumdur. Bu növlərin sistematikasını Beyli (Bailey, 1943) öyrənib həyata keçirmişdir. Cinsin ən çox növləri Meksikada, ABŞ-ın cənub ərazilərində yayılmışdır.

Balqabaq cinsinin nümayəndələri birevlidir, çiçəkləri iridir, parlaq-sarı rəngdə olub yarpaqların qoltuq hissələrində yerləşmişdir. Balqabaq cinsinin mədəni halda 5 növü əkilib-becərilir. Bunlar aşağıdakılardır: Gıqant balqabaq — *C.maxima*, Muskant balqabağı — *C.moschata*, Pepo balqabağı — *C.pepo*, *C.mixta* — qarışıq balqabaq, *C.ficifola* — öncir yarpaq balqabaq, *C.texana* — texas yabanı balqabağı, *C.hundelliana* — lindellya balqabağı.

Balqabaq güclü kök sisteminə malik, 10 metr uzunluğunda olub, yerlə sürünən və budaqlanan gövdəli bitillik ot birkisidir. Yarpaqları qarşı-qarşıya düzülmiş, iri, uzunluğu 20–25 sm-dir, gövdə və yarpaq hissələri sərt qısa iynəşəkilli tüklərlə əhatə olunmuşdur. Çiçəklərinin diametri 10 sm tək-tək qoltuqda yerləşmişdir. Meyvəsi iri, diametri 40 sm, çəkisi isə 80 kq-a qədər olur. İyun–iyul aylarında çiçək açır, avqust–sentyabr aylarında meyvəsi yetişir.

Balqabaq yabanı halda Meksika, Cənubi Amerika, Qvatemala, Honduras və s. ölkələrin ərazilərində yayılmışdır. Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda bir neçə növü, onlarla sortları mədəni halda becərilir.

Bizim eradan 3 min il əvvəl Meksika ərazisində balqabaq bitkisinin toxumlarının qabıqları aşkar olunmuşdur. Bu da onu göstərir ki, 3 min il əvvəl balqabaqdan qida bitkisi kimi istifadə etmişlər. Balqabağın bir neçə növünü Misir xalqları da əkilib-becərmişlər.

Balqabaq faydalı qida bitkilərindəndir. Onun yumşaq meyvəsinin tərkibində 4,34–7,85% şəkərli maddələr (2,31–5,17 % saxaroza, 1,7–2,68 % monosaxarid) vardır. Bəzi sortlarının tərkibində 10–15 %-ə qədər şəkər olur. Bəzi sortları karotinoid maddələrlə zəngin olur. Toxumunun tərkibində 36–52,22 %-ə qədər keyfiyyətli qida yağı saxlayır. Balqabaq çiy halda yeməli deyildir. Onu buğda bişirilmiş, sıyıq halında və yaxud yağda qızardıl-

miş halda yeyirlər. Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda ən çox əkilib-becərilən növü Muskat balqabağıdır.

Toxumlarında fitosterin, qatran maddəsi, uzvi turşular vardır. Balqabağın 92 %-ni su, makro və mikroelementlərdən — kalsium, kalium, manqan və dəmir təşkil edir. Bundan başqa bitkinin ət hissəsindən C, B₁, B₂, PP vitaminləri, nikotin turşusu və s. aşkar edilmişdir.

Toxumlarının tərkibindən 4,33 % kül, mq/q olmaqla K-10,20, Ca-0,40, Mg-5,80, Fe-0,07 makroelementləri, mkq/q olmaqla Mn-0,11, Cu-0,61, Zn-0,85, Mo-0,60, Cr-0,02, Se-38,90, Ni-0,24, Pb-0,02, I-0,07, B-0,60 mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Balqabaqdan müalicəvi preparatların hazırlanması.

Böyrək və qara ciyərin müalicəsində. 1. Xalq təbabətində böyrək və qara ciyər xəstəliklərində təzə balqabaq şirəsi ilə yanaşı buğda bişirilmiş püresindən istifadə etməyi məsləhət görürlər. Bunun üçün gündə 100–200 ml balqabaq şirəsi və yaxud 500 q sürtgəcdən keçirilmiş püresindən yeməyi təklif edirlər. Balqabaq şirəsi böyrək və sidik kisəsi nahiyələrində olan ağrıları sakitləşdirir və onların fəaliyyətini nizamlayır.

2. Bunun üçün orta böyüklükdə balqabağı götürüb yuxarı hissədən dairəvi qapaq formasında kəşib toxumunu və lifini çıxarıb-təmizləyin. Sonra litrin 1/4 hissəsi qədər bitki yağı, 250 q şəkər tozu götürüb bir-birilə qarışdırıb balqabağın içərisinə töküüb yuxarı hissədən dairəvi kəsilmiş qapaqla örtüb sobada bişirin. Bişmiş balqabağı sobadan çıxarıb qabığını soyub taxta qaşıqla yumşaldıb püre halına salın. Alınmış püredən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən əvvəl qəbul edin. Qalan püreni isə soyuducuda saxlayın.

Ürək-damar sisteminin xəstəliyi zamanı baş verən ürək ağrıları, stenokardiya və digər ürək xəstəliklərindən yaxa qurtarmaq üçün mütəmadi olaraq balqabaq toxumu qəbul edin. Balqabağın meyvəsinin tərkibində çoxlu miqdar kalium elementi olduğu üçün ateroskleroz və qarın boşluğuna toplanan artıq suyun qarşısının alınmasında istifadə edilir. Balqabaqdan qan azlığının qarşısının alınmasında da istifadə olunur.

Balqabağın meyvəsinin tərkibində sellülozanın miqdarı olduqca az olduğundan ondan mədə-bağırsaq xəstəliklərində istifadə edilir. Bundan başqa tərkibində zəngin pektin maddəsi olduğu üçün yoğun bağırsaq soyuqdəymələrində istifadə edilir.

Balqabaqdan sidikqovucu kimi sıyığının tərkibinə 1 çay qaşığı bal qataraq gündə 2 dəfə qəbul etmək olar.

Pielonefrit, kəskin sistit zamanı. Gündə 2 dəfə 50 q balqabaq sıyığı yemək məsləhət görülür.

Balqabaqdan mədənin fəaliyyətini nizama salan pəhriz xörəklərinin hazırlanmasında geniş istifadə edilir. Tərkibində çoxlu miqdar pektin maddəsi olduğu üçün yoğun bağırsaq soyuqdəymələrində çox işlədilir. Pektin

orqanizmdən xolesterini kənar edir, aterosklerozun əmələ gəlməsinin qarşısını alır. Balqabağın ət hissəsi bağırsaqların işləmə qabiliyyətini yaxşılaşdırır, gündə 0,5 kq qida kimi qəbul etməklə qəbizliyin aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Balqabaq aşağı kaloriliyə (100 q — 24 kkal) bərabər olduğu üçün ondan pəhriz xörəyi kimi piylənməyə qarşı tətbiq edilir.

Balqabaqdan sıyıq xörəklər hazırlayıb ürək-damar xəstəliklərində, böyrək və sidik kisəsi xəstəliklərində, eləcə də sidikqovucu vasitə kimi istifadə edilir.

Helmintlərə öldürücü təsir göstərən preparatların hazırlanması.

Yaş və yaxud qurudulmuş toxumları sərt qabıqdan, nazik yaşıl rəngli örtüyü saxlamaqla təmizləyib həvəngdəstədə yaxş-yaxşı əzin. Sonra 300 q toxumun üzərinə 100 q bal və yaxud mürəbbə əlavə edib acqarına bütün gün qurtum-qurtum çox da böyük olmayan hissələrlə qəbul edin. Qəbul etdikdən 3 saat sonra işlədici qəbul edin. Sonra imalə əməliyyatını həyata keçirin. Toxumdan 3–4 yaşlı uşaqlar üçün 75 qram, 10 yaşlı uşaqlar üçün isə 150 q götürmək məsləhət görürlür.

İkinci üsul: 500 q toxumundan götürüb qabığını təmizləmədən xırda hissələrə bölüb 1 litr suya töküüb su hamamına qoyub, qaynatmadan 2 saat saxlayın. Sonra toxumu sıxıb suyunu çıxartdın və sonra dəmləməni süzün. Aldığınız dəmləməni 1 saat ərzində az-az qəbul edin. Dəmləmənin tamını yaxışlaşdırmaq üçün tərkibinə zövqünüzə görə duz əlavə edin. Qəbuldan 2 saat keçdikdən sonra işlədici qəbul edin.

10 yaşlı uşaqlar üçün 300 q toxum, 5–7 yaşlılar üçün 200 q, 5 yaşlılar üçün isə 100–150 q toxum götürmək məsləhət görürlür. Götürülən suyun da miqdarını azaldın. Helmintlər əleyhinə mübarizə aparmaq üçün toxumu 2 ildən artıq saxlamaq olmaz. Balqabaq və vələmir toxumu ilə qurdlara qarşı mübarizə, başqa tibbi preparatlara nisbətən zəif olmasına baxmayaraq tamamilə təhlükəsizdir.

Balqabaqdan müalicəvi ət xörəyininin hazırlanması.

Çox da böyük olmayan balqabaq götürüb onun yuxarı hissəsini qapaq şəklində kəsin. Sonra içərisində olan toxumlarını və qabığını qalınlığı 2 sm olana qədər ətli hissəsindən kəsib kənara qoyun və tikə şəklində yaxşı bişirin, qızardılmış əti balqabağın içərisinə doldurub qapağını bağlayıb duxovkaya qoyun və 20 dəqiqə bişirin. Xörəyi isti halda yeyin.

Xalq təbabətində böyrək və qara ciyər xəstəliklərinin müalicəsində gündə üç dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər təzə şirəsindən qəbul etmək məsləhət görürlür. Yuxusuzluğun və gecə qorxularının aradan qaldırılmasında sakitləşdirici vasitə kimi yatmazdan qabaq şirəsini balla qarışdırıb 1 stəkan qəbul etmək məsləhətdir.

Parlaq-narıncı rəngli ət hissəsinin tərkibində çoxlu miqdarda beta-karotin, provitamin A maddəsi olduğundan dəridə gedən fizioloji proseslərin

gedişini nizamlayır. Belə ki, o dəridə qırıqların əmələ gəlməsinin müddətini uzadır, orqanizmdə immuniteti gücləndirir. Buna görə də tərkibində zəngin vitaminlər olan sortlarından sənayedə A vitamin konsentratlarının istehsalında geniş istifadə edilir. Ət hissəsindən hazırlanan sıyığında dəridə baş verən ekzema və yanıqların müalicəsində çox yararlıdır. Danimarka xalq təbabətində balqabaqdan xora yaraları müalicə edilir. Toxumundan isə tibb aləmində 150 ildən artıqdır ki, istifadə olunmaqdadır. Toxumunun göyümtül-yaşıl örtüyünün tərkibində xüsusi maddə saxladığına görə ondan qurdsalıcı vasitə kimi istifadə edilir. Bundan orta əsr dövrlərində daha çox istifadə edilirdi. 1820-ci ildə həkimlər balqabaq toxumunun helmintlərə, o cümlədən lentşəkilli qurdlara, bəzən isə yumru qurdlara qarşı öldürücü təsir göstərdiyini qeyd edirdilər. Ən çox qurdlara öldürücü təsir göstərən çıpaq balqabaq toxumudur.

Balqabaqdan bişirilmiş, qızardılmış və turşuya qoyulmuş halda istifadə edirlər.

Amerikada «xərçəng əleyhinə aparılan mübarizə» cəmiyyətinin gəldiyi qərara görə hər gün yediyimiz qidalarla birlikdə balqabaq yemək məsləhətdir.

Hindistanda balqabağın çiçəklərini bişirib yeyirlər. Ruminiyada toxumlarından alınan yağdan günəbaxan və zeytun yağları kimi müxtəlif qida məhsullarının hazırlanmasında istifadə edilir. Fransada isə balqabağın cavan gövdələrindən qida kimi geniş istifadə edirlər.

Yunan balqabağı — *Cucurbita pepo var. giramontia*

Yunan balqabağının ətli hissəsindəki çoxlu pektin fermentləri həzmin yaxşı həll olmasını asanlaşdırmaqla yanaşı, orqanizmdən natrium duzunun, şlakların, zərərli xolesterinin təmizlənməsində də mühüm rol oynayırlar. Buna görə də hal-hazırda yunan qabağı insanlar üçün gözəl bir tapıntı kimi qiymətləndirilir. Bitkidən bir çox xətə insanların pəhriz və müalicəvi qida növlərinin hazırlanmasında geniş istifadə edilir. Yunan balqabağı piylənməyə meyilli, şəkərli diabeti və maddələr mübadiləsi normal getməyən insanlar üçün çox mühüm əhəmiyyət kəsb edir.

Yunan balqabağında hazırlanan xörəklərdən ən çox cavanların, qəbul etmələri məsləhət görülür. Həftənin bir neçə günü ancaq yunan qabağında hazırlanan qidaları qəbul etməklə bir sıra xoşagəlməz xəstəliklərin qarşısını almaq olar. Yunan qabağının bişmişindən, para verilmişindən pəncərə və bitki yağları ilə birlikdə qəbul etmək daha faydalı hesab edilir. Bu yeməklər orqanizmi enerji ilə təmin etməklə onları gümrəhəşdirir.

Yunan balqabağının toxumu və təzə dərilmiş çiçəkləri daha faydalı hesab edilir. Belə ki, onların tərkibindən fosfor, bitki yağı, fermentlər, aşkar

olunmuşdur ki, bunlar da orqanizmdə sidik-cinsi sistemlərin normal fəaliyyət göstərməsində mühüm rol oynayırlar.

Yunan balqabağından müalicə preparatlarının hazırlanması.

Qida mənşəli allergiya və qəbizliyə qarşı. Cavan meyvəsindən götürüb qabığı ilə birlikdə süzgedən keçirib alınan salatından gündə 2–3 dəfə, 3–4 xörək qaşığı qəbul edin. Bundan başqa süzgedən keçirilmiş sıyığını 2–3 qat tənzifdən keçirib aldığınız şirədən gündə 2 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin. Sonra get-gedə şirənin miqdarını artırıb 1,5–2 ay müddətində, gündə 4 dəfə 2 stəkana qədər qəbul edin.

Şişlər və diş əti qanaxmalarında. 1 litr qaynar suya 500 q yunan qabağını qabığı ilə birlikdə zəif od üzərinə qoyub 15 dəqiqə bişirib süzün. Aldığınız ekstraktın gündə 2 dəfə stəkanın 3/4 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 3 gündür.

Endokrin vəzi xəstəliklərində, ürək-damar pozuntularında, ürək şişmələrində, qan dövranının yaxşılaşdırılmasında, potensiyanın gücləndirilməsində. Qurudulmuş toxumlarını xırda hissələrə salıb kofe üyüdücüsündən keçirib toz halına salın. Sonra tozdan 2 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan isti su ilə qarışdırıb yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Böyrək və sidik kisəsi xəstəlikləri zamanı sidikqovucu vasitə kimi. 10 ədəd təzə çiçəyindən götürüb 1 stəkan qaynadılmış suda 10 dəqiqə dəmləyib süzün. Sonra ekstraktın gün ərzində hər dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin.

Yunan qabağından müalicəvi qida məhsullarının hazırlanması.

Bir çox ölkələrin xalqları yunan balqabağını qabığı ilə birlikdə doğrayıb xiyarla birlikdə zərif və dadlı salatını hazırlayıb süfrəyə verir və iştahla yeyirlər. Orta Aralıq dənizi ətrafındakı ölkələrin əhalisi çiçəyini delikates hesab edib, şəkərli tort hazırlayıb, bunu bişirib qarnir kimi ətin yanına qoyub yeyirlər.

Yunan qabağından «Şərq» qızartmasının hazırlanması. 4 ədəd orta ölçüdə yunan qabağı, stəkanın 3/4 hissəsi qədər bitki yağı, 500 q ət qiyməsi, 2 ədəd soğan, 1 xörək qaşığı tomat pastası, bir o qədər də un, çalxalanmış yumurta, 1/2 hissə cəfəri, zövqünüzə görə duz, qara istiot və qırmızı istiot götürün. Tavaya stəkanın 1/2 hissəsi qədər yağ tökün. Soğanı nazik hissələrə salıb və 2–3 dəqiqə bişirib, üzərinə ət qiyməsi əlavə edib qarışdıraraq 7–10 dəqiqə qızardın. Tavanı odun üzərindən götürüb üzərinə qara və qırmızı istiot, tomat pastası, duz, xırda doğranmış cəfəri əlavə edib ehtiyatlara qarışdırın.

Yunan balqabağını dairəvi şəkildə doğrayıb, duzlayıb, unla qarışdırıb hər iki tərəfini qızardın. Əti yastılaşdırıb qızardılmış qabağın üzərinə qoyun və tavanı yağlayıb ət qoyulmuş hissəsi üstə olmaqla, üzərinə çalxalanmış yumurta yaxıb piltəyə qoyub üzəri qabıq bağlayana qədər saxlayın.

Bir neçə qatdan ibarət tərəvəz piroqunun hazırlanması. 0,5 kq yunan qabağı, 3/4 stəkan zeytun yağı, təbii alma və yaxud üzüm turşusu, qaraqırmızı otu, 4 diş sarımsaq, zövqünüzə görə istiot götürün. Yunan qabağının saplaq hissəsini kəsin, meyvəni qalın hissələrə salıb tavaya qoyub zeytun yağı əlavə edib, qızılı rəngə çalan qabıq alınana qədər qızardın. Sonra götürüb artıq yağı çəkilsin deyə salfetskaya bükün. Yunan qabağının üzərinə ət yaxub laylay edib, bir-birinin üzərinə qoyun. Sonra hər qatın üzərinə yağ, protveyn, göyerti, sarımsaq, sirkə əlavə edib üzərini folqa ilə örtüb duxovkaya qoyub, 170 dərəcə temperaturda 20 dəqiqə bişirib götürün.

Yunan balqabağından mürəbbə. 1 kq yumşaq balqabaq, 1 kq şəkər tozu, 1 ədəd iri limon götürün. İri balqabağı qabığı ilə birlikdə kəsib, ayırub özəyini çıxarıb atın. Sıx ətli hissəsini, kubik şəklində salıb, nazik doğranmış limonu süzgecdən keçirib üzərinə əlavə edin, sonra üzərinə şəkər tozu səpib emallı tasa qoyub 1–2 saat saxlayın. Elə ki, gördünüz şirəsi çıxmağa başladı götürüb güclü yanan odun üzərinə qoyub qarışdıraraq qarışdıraraq qaynama dərəcəsinə gətirin. Sonra odu azaldıb yenidən 20–30 dəqiqə bişirib götürün.

Zinqrovotu — Campanulaceae fəsiləsi **Enliyarpaq zəngçiçəyi — *Campanula latifolia***

İyunun ortalarında və iyulun əvvəllərində meşə açıqlıqlarında, çöllərdə, çəmənliklərdə, yarpaqlarda tünd-göy sıx formada toplaşan «zəngcik» zinqrov hamaşçiçəkləri açılmağa başlayır. Bu gözəl görünüşə malik zəngçiçəyi əksər bağ sevənlərin nəzər-diqqətini özünə cəlb edir. Həvəskar bağbanlar bunu öz həyətəyanı sahələrində, bağlarında əkib-becərirlər.

Dərman xammalı kimi bitkini çiçək açan zaman, toxumalarını isə meyvəsi yetişən zaman toplayırlar.

Zəngçiçəyindən alınan preparatlarla antibakteriya, soyuqdeymə, qan-kəsici, yarasagaldıcı, ağrıkəsici və sakitləşdirici vasitə kimi istifadə edilir.

Müalicə məqsədləri üçün cinsin enliyarpaq zəngçiçəyindən — *Campanula latifolia* növündən istifadə olunur.

Zəngçiçəyindən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Öskürək, qızdırma və baş ağrıları zamanı. 1 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, termosda 2–3 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3–4 dəfə 2 xörək qaşığı yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Uşaqlıq və aybaşı zamanı baş verən kəskin qanaxmalarda. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, su hamamında 15 dəqiqə saxlayın və 45 dəqiqə dəmləyib süzün. Sonra ekstraktı 1 stəkan həcminə gətirib gündə 5–6 dəfə yeməyə 15–20 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Ateroskleroz, kəskin surətdə yaddaşın zəifləməsi zamanı. Bunun üçün yeməyə 15 dəqiqə qalmış gündə 2–3 dəfə çay qaşığının 1/5 hissəsi qədər qurudulub toz halna salınmış meyvə və toxumundan qəbul edin.

Epilepsiya və əsəb pozuntularında. 2 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, termosda 1 saat dəmlədikdən sonra süzüb gündə 2–3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Bundan başqa 7 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 2 litr qaynar suya töküb 10–15 dəqiqə qaynadın. Sonra süzüb 38–39 dərəcə temperaturda su olan vannasını qəbul edin. Müalicə kursu 12–13 əməliyyatdır.

Stomatit, gingivit, angina və səs tutulmalarında. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb, zəif od üzərində 3–5 dəqiqə saxladıqdan sonra, götürüb 1 saat dəmləyin. Sonra bu ekstraktla boğaz nahiyənizi qarqara edin, gündə 3–4 dəfə ağızınızı yaxalayın.

Qızıl yel və dəri soyuqdəymələrində. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 2 stəkan qaynar suya töküb termosda 3–4 saat dəmlədikdən sonra süzün. Xəstə nahiyəni yuyun və yaxud pambığa hopdurub silin.

Göbələk, o cümlədən dəmrovun müalicəsində. Kökündən təmizlənmiş otundan götürüb duxovkaya qoyun və qurudub toz halına salın. Sonra tozdan götürüb xəstə nahiyələrin üzərinə səpin.

Mürəkkəbçiçəklilər — Asteraceae fəsiləsi

Çoxillik qızçıçəyi — *Bellis perennis*

Dünya florasının tərkibində 5–10 növü yayılmışdır. Cinsin növlərinə Avropa, Asiya ölkələrinin ərazilərində, Suriyada, Şimali Afrikada rast gəlmək olar.

İncə, çəhrayı, al qırmızı və qar kimi ağappaq çiçəkləri yaz çəmənliklərinə, olduğu bağ-bağçaya yaraşlıq verir.

Azərbaycan ərazisində ən geniş yayılan növ — çoxillik qızçıçəyi — *Bellis perennis* hesab edilir.

Bu çoxillik zəif və sıx çəmənliklərlə əhatə olunan və qısa kökümsova malik çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi tək, bəzən isə bir neçə ədəddən ibarət olub 517 sm hündürlükdə olur. Bitki may–iyun aylarında çiçək açır, iyun–iyul aylarında meyvə verir.

Çoxillik qızçıçəyi Azərbaycanda Quba ərazisində, Kiçik Qafqazın şimal və cənub rayonlarında, eləcə də meşəliklərdə, çöllük və çəmənliklərdə təsadüf edilir.

Belə bir rəvayətdə deyilir ki, qızlardan kim birinci bunu dərib balıncının altına qoyub yatarsa gec-tez onun ürəyində tutduğu niyyət yerinə yetər.

Qızçıçəyindən vərəm xəstəliyinin müalicə edilməsi çoxdandır ki, özünü doğrultmuşdur.

Çoxillik qızçıçəyi çiçəklərindən hazırlanan preparatlarla soyuqdəymə, bəlgəmgetirici, ödqovucu, sidikqovucu, qankəsici, ağrıkəsici vasitə kimi istifadə edilir.

Ağ ciyər vərəminin, bronxial astmanın, yuxarı tənəffüs yolları xəstəliklərinin və çətin təmizlənen bəlgəmin aradan qaldırılmasında. 3 çay qaşığı doğranmış ot və çiçəklərindən götürüb, 2 stəkan qaynadılmış soyuq suya töküb 3 saat dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış ekstraktdan gündə 4 dəfə 0,5 stəkan yeməyə 30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarının, nazik və yoğun bağırsağ soyuqdəymələrində, böyrək və sidik kanalında baş verən xəstəliklərin müalicəsində istifadə etmək üçün. 2 xörək qaşığı doğranmış ot və çiçək hissələrindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və üzərini qapaqla örtüb, 2 saat dəmləyin. Sonra gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 20 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Sistit və pielonefritin müalicəsində. 10 ədəd təzə qızçıçəyi və 1 xörək qaşığı ayıqulağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 4 dəfə yeməkdən yarım saat sonra 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Revmatizm, podaqra, artrit və artrozda. Bunun üçün təzə yarpaqlarından götürüb qaynar suda pörtlədin və ağrıyan nahiyəyə qoyub sarıyın. Əməliyyatı axşamlar yerinə yetirin.

Qafqaz qurucusı — *Omalotheca caucasica*

Dünya florasının tərkibində qurucanın Q.Axundova görə (1961) 300, S.A. Qurbanov və başqalarına görə (1976) 200 növü yayılmışdır. Cinsə daxil olan növlərin hamısı birillik və çoxillik ot bitkiləri olub, yer kürəsinin hər yerində yayılmışdır. Bitkinin Qafqazda 6, o cümlədən Azərbaycanda 5 növünə rast gəlinir. Cinsin bir neçə növündən xalq təbabətində geniş istifadə edilir. Bunlardan biri də Qafqaz qurucusudur. — *Gnaphalium causicum*-dur.

Bu hündürlüyü 10–30 sm olan düz qalxan çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları lanset və yaxud xətvəri-lanset formalı, ortasında yerləşən damarlar aydın görünən olub, yaşımtil rəngdədir. Çiçək səbətləri qoltuqda yerləşməsinə baxmayaraq bəzən gövdənin yuxarı hissəsində mürəkkəb sünbülvari hamaşçiçək əmələ gətirir. İyul–avqust aylarında çiçək açıq və meyvə verir.

Qafqaz qurucusu Azərbaycanda Böyük Qafqazın dağlıq sahələrindən Göyçay rayonunun ərəzisinə qədər yayılmışdır. Bundan başqa bitkiyə yuxarı meşə ərəzilərindən başlayıb subalpdan alpin aşağı hissələrinə qədər də təsadüf edilir. Bitki kollar, arasında otluqlarda və çəmənliklərdə də yayılmışdır. Qurucadan alınan preparatlardan bakterisid, soyuqdəymə, yarasəğaldıcı,

qıcolmada, təzyiqin aşağı düşməsi zamanı, ağrıkəsici və sakitləşdirici vasitə kimi geniş istifadə edilir.

Qurucadan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Mədə və onikibarmaq xəstəliklərinin müalicəsində. Bunun üçün doğranmış quruca, daziotu, boymadərən, bağayarpağı, çöl qatırquyruğu, gülüm-bahar çiçəyi, kənaf toxumunu götürüb yaxşı qarışdırın.

Qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb, zəif od üzərinə qoyub 3–5 dəqiqə saxlayın. Sonra yarım saat saxlayıb süzün. Aldığınız ekstraktıdan isti halda, gündə 2–3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin. Müalicə kursu 2 aydır.

Hipertoniyanın ilk aylarında, əsəb gərginliyinin artırılmasında, beyinə çoxlu miqdarda qan axması, baş ağrılarında, taxikardiya zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və 2–3 saat dəmləyib, süzün. Aldığımız ekstraktıdan gündə 3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Kəskin xroniki qastritin müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün və zəif od üzərində 5 dəqiqə saxlayıb, götürün, 2 saat dəmləyib süzün. Aldığımız ekstraktıdan gündə 2–3 dəfə 0,5 stəkan yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Ağ ciyər vərəminin müalicəsində əlavə köməkçi vasitə kimi. 5 xörək qaşığı doğranmış otdan götürüb 1 stəkan arağın üzərinə töküb, 2 həftə ərzində cövhərini çıxarın. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı yeməkqabağı qəbul edin.

Uşaqlıq yolunda baş verən eroziyaların müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan 0,5 litr qaynar suya töküb 3–4 saat dəmləyib süzün. Aldığımız ekstraktıdan gündə 3 dəfə 1 çay qaşığı götürüb azca su əlavə edib qəbul edin.

Yanıqların, kəsiklərin, çətin sağalan yaraların müalicəsi üçün mazın hazırlanması. Bərabər miqdarda quruca tozu, bal və kərə yağı götürüb birbirilə qarışdırıb, 3–4 gün saxlayın. Aldığımız mazdan gündə 1–2 dəfə xəstə nahiyəyə sürün.

Diqqət! Quruca ekstraktından arteriya təzyiqi aşağı, qanı qatı olan və tromba meyilli xəstələrin istifadə etmələri məsləhət görülmür.

Qatlı quruçiçək — *Helichrysum plicatum*

Solmazçiçəkdən (Quruçiçəkdən) hazırlanan preparatlardan ödqovucu, sekresiya, sidıqovucu, tərledici, dezinfeksiyaedici, qankəsici, büzüşdürücü, bəlgəmgətirici, qantəmizləyici, hipodreniya, ağrıkəsici, turşuluğu azaldan, qara ciyərin, ödkişəsinin ifrazat fəaliyyətini artıran vasitə kimi istifadə edilir.

Hindistanda solmazçiçəyindən şəkər xəstəliyində, işemiya, ateroskleroz, piyləninə, pankras vəzisinin fəaliyyətinin artırılmasında, revmatizm və podaqra, əsəb, qara ciyər və yumurtalıq xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Tibet təbabətində solmazçiçəyindən hipertoniya və işlədici, Rusiyada qaraciyər, sidıqovucu, böyrək qıcıqlanmalarında və həmçinin böyrək və sidik kisəsində olan daş və qumların təmizlənməsində işlədilir.

Qatlı quruçiçək — *H.plicatum* bu, hündürlüyü 20–40 (50) sm olan çoxillik ot bitkisidir. Düz qalxan gövdəsi yumşaq yunlu, ağ tüklərlə sıx örtülmüşdür. Zoğlarının üzərindəki yarpaqları uzunsov, tərsinə, lansetsəkillidir. Xırda, seyrək qalxan çiçək qrupunda toplanmış çoxsaylı çiçək səbətindən ibarətdir. Çiçəkləri limonu-sarı, narıncı, sarğının yarpaqcıqları iri tüksüz, parlaq, sarı, bəzən isə açıq-sarı rəngdədir. Meyvəsi uzunsov-yumurtavari, kəkilli toxumcadır. Bitki iyun–iyul aylarında çiçəkləyir, çiçəkləri bitki quruyana qədər üstündə qalır, meyvələri iyul–avqustda yetişir.

Qatlı quruçiçək yabarı halda Naxçıvan MR-in və Diabarin orta dağ qurşağından başlayaraq subalp zonasına kimi ərazilədə yayılmışdır. Buna ən çox quru, gilli, daşlı-çınqıllı yamaclarda və kolluqlarda rast gəlmək olar. Onun çiçəkləri qurudulduqda belə rəngini dəyişmədiyinə görə xalq arasında buna solmazçiçək də deyirlər. Müalicə üçün bitkinin çiçəklərindən istifadə olunur. Çiçəyindən hazırlanmış dəmləmələr və ekstraktlar xəstələr üzərində sınaqdan keçirilərək ödqovucu xassəsi aşkar edilmişdir. Çiçəklərinin ödqovucu təsiri onun tərkibindəki flavonoidli birləşmələrlə əlaqədardır.

Tədqiqat nəticəsində müəyyənləşdirilmişdir ki, qatlı quruçiçəyin çiçəklərindən qara ciyər, öd kisəsi, və öd yollarının kəskin və xroniki xəstəliklərində dərman kimi ayrılıqda və başqa qarışıqlarla birlikdə istifadə etmək olar. Ev şəraitində bu çiçəyin dəmləməsindən istifadə etmək daha məqsədəuyğundur. Bunun üçün iki xörək qaşığı çiçəyin üzərinə 2 stəkan qaynar su töküb zəif odda 15 dəqiqə dəmlədikdən sonra 45 dəqiqə saxlayıb süzün, yeməkdən yarım saat qabaq gündə yarım stəkan qəbul etmək məsləhət görürlür. Müalicə kursu xəstəliyin gedişindən asılı olaraq 2–3 həftə davam etdirilir. Qatlı quruçiçək çiçəklərinin müalicəvi təsiri qara ciyər, öd kisəsi və öd yolları xəstəliklərində geniş istifadə edilən alloxol, xoloqon, xolosas, xolenzim dərmanlarından daha üstün sayılır.

Qatlı quruçiçək dəmləməsini qəbul etdikdən sonra öd turşusunun bağırsaqlara axması yaxşılaşır, öd turşusunun və bilirubinın öddə qatılığı azalır, mədənin və mədəaltı vəzinin sekretor funksiyası nizamlanır. Xəstənin qara ciyər nahiyəsində ağrı azalır, onun həcmi normaya düşür, ürək bulanması, qusma, köpmə, mədə pozğunluğu halları aradan qalxır.

Ödotundan flamin adlı həblər də hazırlanır. Ödqovucu çay kimi də ödotu məsləhətdir. Bunun üçün ödotundan 3 qram, nanə yarpağından 2 q götürüb, üzərinə bir stəkan qaynar su töküb ağzını örtün və 20 dəqiqə dəmə

qoyduqdan sonra süzün. Dəmləmədən ilıq halda yeməkdən qabaq, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içmək məsləhətdir.

Azərbaycan florasında rast gəlinən bütün quru çiçəkdən (solmazçiçək) müalicə məqsədləri üçün istifadə etmək olar.

Qumsal quruçiçək (solmazçiçək) — *Helichrysum arenarium*

Qumsal quruçiçək (solmazçiçək) — *Helichrysum arenarium*. Bu hündürlüyü 20–30 sm olan gövdələri ağ yumşaq tüklərlə əhatə olunan çoxillik ot bitkisidir. Kökətrafi yarpaqları uzunsov-tərs yumurtavari olduğu halda, gövdə yarpaqları xətvəridir. Dairəvi səbəti sıx qalxanvari süpürgədə toplanmışdır. Bütün yarpaqcıqları qatlanmış pərdəvari, limonu-sarı, nadir hallarda isə, narıncı rəngdədir. Daxildə olan çiçəkləri boruvari, ikicinsli, kənarları sapvari-boru formasında olub, meyvəsi kəkili toxumçadır. İyun–avqustda çiçək açır, avqust–sentyabrda meyvə verir.

Çiçəklərinin tərkibindən 6,5%-ə qədər salivirpozid- $C_{21}H_{22}O_{10}$ — bu da hidroliz olunaraq naringeninə — $C_{15}H_{12}O_5$ -ə və $C_6H_{12}O_6$ qlükozaya çevrilir, 5 diqlükozid naringenin- $C_{27}H_{32}O_{15}$; 3-diqlükozid kempferol — $C_{27}H_{30}O_{16}$, qlükozid apigenin — $C_{21}H_{20}O_{16}$, izosalivirpozid- $C_{12}H_{22}O_{10}$ və s. maddələr tapılmışdır. Bundan əlavə çiçəklərinin tərkibindən 5,7—dioksiftalid — $C_8H_6O_4$, steroid təbiətli — $C_{27}H_{46}O$, $C_{35}H_{58}O_7$ birləşmələri, həmçinin fenol təbiətli — $C_{18}H_{16}O_7$ və $C_{21}H_{24}O_7$ boyaq maddələri, piy turşuları, inozit, 0,04%-ə qədər efir yağı və s. maddələr aşkar edilmişdir.

Solmaz çiçəyinin çiçəklərinin tərkibindən 1,32% kül, mq/q-la K–16,30, Ca–700, Mg–1,20, Fe–0,13 makroelementləri, mkq/q-la Mn–0,38, Cu–0,51, Zn–0,39, Cr–0,08, Al–0,03, Se–17,10, Ni–0,17, Sr–0,38, Pl–0,02, B–85,20 mikroelementləri aşkar edilmişdir. Yerüstü hissələrdən isə 19,48% kül mq/q-la K–28,00, Ca–9,40, Mg–2,70, Fe–1,70 makroelementləri, mkq/q-la Mn–0,27, Cu–0,40, Zn–0,71, Co–0,44, Mo–2,20, Cr–0,66, Al–1,21, Ba–0,78, V–0,32, Se–5,70, Ni–0,34, Sr–0,07, Pb–0,09, B–21,20 və s. mikroelementləri tapılmışdır.

Qumsal solmazçiçəyi elmi əsaslarla S.P.Pavlovun laboratoriyasında öyrənilməyə başlanmışdır, kliniki təcrübələr 30-cu illərdə aparılmışdır. Təcrübələr nəticəsində məlum olmuşdur ki, qumsal solmazçiçəkdən alınan preparatların köməyi ilə böyrək, öd kisəsi və öd yollarını müalicə etmək olar. Ye.Yu.Şass tərəfindən aparılan tibbi təcrübələr zamanı isbat olunmuşdur ki, bitkidən alınan preparatları qəbul edən xəstələrdə ürəkbulanma, qusma, qarın köpü, böyrək və öd kisəsində baş verən nasazlıqlar getdikcə aradan qalxır, dəridə və göz almasının xarici qişasında əmələ gələn sarılıq tədricən çəkilməyə başlayır. Bundan başqa preparatların təsiri nəticəsində

ödün ifrazı artır, öd turşusunun və bilirubinun qatılığı azalır, öd kisəsinin və öd kisəsi vəzinin sekresiya fəaliyyəti normalaşır.

Hal-hazırda solmazçiçəkdən hazırlanan dəmləmələrdən, sulu və quru ekstratlardan ödqovucu vasitə kimi öd kisəsi iltihalı, hepatitin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Ödqovucu çayın hazırlanması. 10 q solmazçiçəyindən götürüb, 250 ml suda dəmləyib yeməyə 25–30 dəqiqə qalmış gündə 3 dəfə daxilə qəbul edirlər.

Tərkibi bir neçə bitki qarışığından ibarət olan ödqovucu çayın hazırlanması. 4 hissə solmazçiçək, 3 hissə üçyarpaq yoncanın yarpağından, 2 hissə nanə yarpağı, 2 hissə keşniş toxumundan götürüb bir-biri ilə qarışdırın.

Sonra qarışıqdan bir xörək qaşığı 2 stəkan qaynar suyun üzərinə töküüb 20 dəqiqə dəmləyib süzün. Gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış yarı stəkan daxilə qəbul.

Qaraciyər və öd kisəsi xəstəliklərində. 3 çay qaşığı solmazçiçəyindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub qaynama dərəcəsinə gətirin. Sonra 2 saat dəmləyib, süzün. Alınmış dəmləmədən stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 3–4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Kəskin böyrək xəstəliklərində. 2 xörək qaşığı solmazçiçəkdən götürüb 2 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun. Ehtiyatla 1 saata qədər mayenin 1/4 hissəsi qalana qədər qaynadın. Soyudub, süzdükdən sonra stəkanın 1/4 hissəsi qədər gündə 3 dəfə yeməkdən 30 dəqiqə qabaq daxilə qəbul edin.

Böyrəyin xroniki xəstəliyi və sidiyin çətinliklə çıxması zamanı. 1 çay qaşığı solmazçiçəyindən götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün, 15 dəqiqə dəmləyin sonra cövhəri süzüb stəkanın 1/2 hissəsi qədər gündə 2–3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış daxilə qəbul edin.

Öd kisəsi pozuntuları zamanı. 2 çay qaşığı solmazçiçəkdən götürüb 1 stəkan qaynar suyun üzərinə töküüb, yarım saat dəmləyin. Sonra dəmləməni süzüb bütün günü çay kimi için.

Hepatit A, sidik kisəsi və mədə-bağırsaq pozuntuları zamanı. 1 xörək qaşığı solmazçiçəyindən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb yarım saat dəmləyin. Sonra cövhəri süzüb gündə 3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Diqqət! Solmazçiçək az zəhərli təsirə malik olduğundan ondan instruksiyada göstərilən qaydalara düzgün rəyəət edin. Çolmazçiçək dəmləmə və ekstratlarından 3 aydan çox qəbul etmək məsləhət görülür.

Solmazçiçəyini apteklərdən tapmaq olar.

Adi bitraq — *Xanthium strumarium*

Dünya florasının tərkibində 10-a qədər növü yayılmışdır. Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda 3 növünə təsadüf edilir.

Təbabətdə isə adi bitraq — *Xanthium strumarium* və iynəvari bitraq — *X. spinosum*-dan istifadə edilir.

Azərbaycanda yayılan bitraqlar birillik ot bitkiləridir. Növbə ilə yerləşən yarpaqları və bircinsli, birevli çiçək səbətləri və tikanlı ilişkən toxumca meyvələri vardır.

Göstərilən hər iki növ bitraq Azərbaycanın əksər rayonlarında, aşağı dağ qurşağına qədər yayılmışdır. Onlara ən çox əlaq bitkiləri içində, çay və yol kənarında, meşə açıqlıqlarında rast gəlinir.

Müalicə məqsədləri üçün yerüstü hissələrindən istifadə edilir.

Adi bitraqın bütün yerüstü hissələrinin tərkibində yod aşkar edilmişdir.

Xammalı bitki tam çiçək açan zaman toplamağı məsləhət görürlər.

Bitkidən hazırlanan preparatların köməyi ilə bakterosid, antiseptik, qankəsici, yarasəaldıcı, sidikqovucu, tərğətirici, istiliyi aradan qaldıran, sakitləşdirici, zəif ağrıların aradan qaldırılmasında istifadə edilir.

Hipertoniya zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış hissəsindən götürüb, qaynar suya tökün və 10 dəqiqə zəif od üzərində 1 saat dəmləyib sonra süzün. Aldığınız ekstraktdan gündə 3–4 dəfə yeməkdən qabaq stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin. Bu məqsədlər üçün bitraq cövhərindən də istifadə etmək olar. Bunun üçün yarım litrlik şüşə banka götürün, yarisına qədər doğranmış ot hissəsi ilə doldurub, üzərinə araq əlavə edib, qaranlıq yerdə 2–3 həftə saxladıqdan sonra süzün. Sonra 1 xörək qaşığı götürüb bir qədəh suya əlavə edin və gündə 2–3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Revmatizm və böyrək daşının əridilməsində. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb termosda 2–3 saat dəmlədikdən sonra süzün. Alınmış ekstraktdan gündə 2–3 dəfə stəkann 1/4 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Allergiyaya qarşı. 1 çay qaşığı doğranmış ot hissəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyin. Sonra alınmış ekstraktdan stəkanın 1/3 hissəsi qədər gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Ekzemaya qarşı. 1 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun, 10 dəqiqə qaynadın. Alınmış ekstraktı tənzifə hopdurub xəstə nahiyəyə sarıyın.

Dəri gicişmələrində, qaşınmalarda. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan təmizlənmiş bitki yağının üzərinə töküüb ehtiyatla qarışdırıb 3 gün qaranlıq yerdə saxlayın. Alınmış məhlulu süzüb xəstə nahiyəyə sürün.

Göbələk xəstəliklərinə qarşı. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun və 20 dəqiqə qaynadın. Sonra süzüb üzərinə isti su əlavə edib 1 stəkan həcminə çatdırın. Alınmış ekstraktıdan xəstə nahiyəyə kompress qoyun. Əməliyyatı xəstəlik sağalana qədər davam etdirin.

Ayaqda olan göbələk xəstəliyinin müalicəsində. Doğranmış ot hissəsindən götürüb qaba tökün, ağzını qapaqla bağlayın, qaynar suda pörtlədib 10 dəqiqə zəif od üzərinə qoyub qaynatdıqdan sonra süzün. Alınmış məhlulu tənziyə hopdurub həftədə 2 dəfə xəstə nahiyəyə sürün. Müalicə kursu uzunmüddətlidir.

Diqqət! Bitraq çox dərəcədə zəhərli olduğu üçün daxilə qəbul edən zaman göstərilən xammalın miqdarına fikir verin. Hərgah məhluldan xarici nahiyələrə sürtən zaman gicimə baş verərsə müalicəni dayandırın.

Günəbaxan — *Helianthus*

Günəbaxanı ilk dəfə 1576-cı ildə botanik Lobelius tərəfindən təsvir edilmişdir. O günəbaxanı «günəş çiçəyi» və yaxud «heliantuq» adlandırmışdır.

Günəbaxan polimor bitki olub Amerika qitəsinin «vətəndaşı» hesab edilir. Bentam (Bentham) və Huker (Hooker) günəbaxan cinsinin 50-yə qədər növə malik olduğunu qeyd etdikləri halda, (Uotson (Watson) 108, Kokkerelk (Cockerell) 180) növü yayıldığını qeyd edir. *Helianthus* cinsi bölünmüş arcalara malikdir. Bunun 50 növü əsas etibarilə Kanadadan başlamış, ABŞ-a, oradan da Meksikaya qədər yayılmışdır. Cinsin 17 növü Cənubi Amerika, And, Cənubi Kolumbiya daxil olmaqla Boliviyaya qədər gəlib çıxmışdır.

U.F.Sasıperova və bir neçə başqa botaniklər süni sürətdə bilmədən *Helianthus* cinsi ilə *Viguiera* və başqa cinslərlə günəbaxan cinsini qarışıq saldıqlarına görə növlərin sayında səhvə yol vermişlər. Hal-hazırda Amerika qitəsində günəbaxan cinsinin 50-yə qədər yabanı növü yayılmışdır.

Günəbaxan növləri yem, qida, yağ, müalicə və bəzək təbiətli bitki hesab edilir.

Azərbaycanda 2 növü mədəni halda əkilib-becərilir. Güclü kök sistemə malik birillik ot bitkisidir.

Vegetasiya dövrünün sonunda bitkinin gövdəsi iriləşir və oduncaqlaşır, içəri məsaməli parenxim hüceyrəsi ilə dölür. Gövdə xaricdən cod tüklərlə əhatə olunmuşdur.

Hündürlüyü sortdan asılı olaraq, 0,7–3,3 metrə çatır. Kökü saçaqlı, güclü inkişaf edib, 2,5 metrə qədər torpağın dərinliyinə işləyir. Gövdə üzərində 4–5 yarpaq əmələ gələn zaman onun kökü yerin 50–60 sm dərinliyin-

də olur. Çiçək aşan dövrdə kök öz inkişafının maksimum həddinə çatır. Yarpaqları çox iri, tüklü olub diametri 10–40 sm olur. Yarpaq saplağının uzunluğu 30–60 sm olub, xaricdən cod tüklərlə örtülmüşdür. Codlaşmış tüklər yarpaq ayasında isti vaxtlarda bitkidən suyun kəskin dərəcədə buxarlanmasının qarşısını alır. Çiçəkləri hamar formalı səbətdir. Yağ verən sortlarında yalnız bir çiçək səbəti olduğu halda, yabani və mədəni növ və sortlarında isə gövdə üzərində bir neçə budaq və səbət əmələ gəlir. İri səbətinin üzərində sıra ilə iki cərgədə çiçəklər düzülmüş halda olur. Bunlardan birincisi dil şəkilli, meyvə əmələ gətirməyən dil formalı parlaq sarı rəngdə olub, həşəratları özünə cəlb etmə funksiyasını yerinə yetirir. Bütün səbətin içərisi boruşəkilli çiçəklərlə əhatə olunub, meyvə verəndir. Ekoloji şəraitdən, sortun inkişafından asılı olaraq, boruşəkilli çiçəklərin sayı müxtəlif olur. Günəbaxan bitkisinin inkişafının birinci fazasında, onun gövdəsinin üzərində 5–7 həqiqi yarpaq əmələ gəlir. Yaxşı şumlanmış, alaq otlarından təmizlənmiş, kübrələnmiş və yaxşı aqrotexniki qulluq edilmiş sahələrdə bitki yaxşı inkişaf edib, iri səbət və çoxlu miqdarda boruşəkilli çiçəklər əmələ gətirir. Bu boruşəkilli çiçəklərin sayı 1000–1200 ədədə çatır. Əlverişli olmayan torpaq şəraitində günəbaxan özünü pis hiss edir, səbəti kiçik, boru çiçəklərinin sayı az olur və məhsul xeyli aşağı düşür. Günəbaxanın toxumcuğunun içərisində toxumu (nüvəsi) yerləşir. 1000 ədəd toxumunun çəkisi 40–170 q olur. Meyvəsinin örtüyü isə qabıq adlanır. Qabığın yuxarı hissəsi epidermislə örtülü olub, müxtəlif rəngdə olur.

Günəbaxan çox qəribə bitkidir. Amerikada yabani halda alaq otu kimi yayılmışdır. Avropa ölkələrinə gətirildikdən sonra o bu ölkələrin park, bağ və bağçalarının gözəl və yaraşlıq bəzək bitkisinə çevrilmişdir.

Sonralar insanlar bunun meyvəsini qida kimi yemiş və onun tərkibində yağ maddəsinin olduğunu başa düşmüşlər. Bundan sonra ondan bəzək bitkisi kimi istifadə etməklə yanaşı, yağ verən bitki kimi geniş sahələrdə əkilib-becərilməsini təşkil etməyə başlamışlar. Əldə olunan toxum məhsulundan isə yüksək keyfiyyətli yağ əldə etmişlər.

Günəbaxanın toxumlarından alınan yağ yüksək keyfiyyətlərə malik olub, başqa bitki yağlarından qidalıq və həzmozma keyfiyyətlərinə görə fərqlənir.

Bitkidən bir çox yeyinti məhsullarının: marqarin, mayonez, qənnadı və s. hazırlanmasında geniş surətdə istifadə edilir. Qabığı təmizlənmiş toxumlarından isə halva, kozinaki və s. şirniyyat növləri hazırlanır.

Dərman məqsədilə günəbaxanın yarpaqlarından, yağından, çiçəklərindən və meyvələrindən istifadə edilir. Meyvələrinin tərkibində 35%-ə qədər piyli yağ, 14–16% zülal maddələri, fitin, xlorogen turşusu, az miqdarda aşı maddələri, üzvi turşular və s. yarpaqlarından isə 11 mq%-ə qədər karotin

aşkar edilmişdir. Sarı dilcikvari çiçəklərində acı maddələr, betain, xolin, karotin, antosianidlər və s. aşkar edilmişdir.

Günəbaxan yağı skleroza qarşı istifadə edilən menetolun tərkibinə daxildir.

Çiçəklərindən və yarpaqlarından hazırlanmış tinktura xalq təbabətində iştahartırıcı və mədənin həzm fəaliyyətini qüvvətləndirici dərman kimi, çiçəklərdən alınan sarı rəngli karotinoid yeyinti sənayesində boyayıcı kimi istifadə edilir.

Günəbaxandan hazırlanmış jmix iri buynuzlu mal-qara və donuzlar üçün qiymətli konsentrat yem kimi istifadə edilir. Gövdə, səbət, püfə, qabıq, hissələri qiymətli xammal olub, potaş furfurol (zəhərli həşaratı qırmaq üçün maye), plastmas, sınımayan şüşə və s. hazırlanmasında istifadə edilir.

Günəbaxan çiçəkləri yaxşı nektardır. Bir hektar günəbaxan əkilən sahədən 30–40 kq bal əldə edilir.

Günəbaxanın vətəni Şimali Amerika qitəsinin cənub-qərb hissəsi hesab edilir. Onun bu ərazilərdə 10-a yaxın yabanı növü yayılmışdır. Yabanı növlər bu ərazilərdə geniş yayılaraq sanki cəngəlliklər təşkil edirlər. Bunların içərisində gövdəsi budaqlanan kol formalı növlərinə də tez-tez rast gəlmək olur. Belə güman edilir ki, guya ilk dəfə mədəni günəbaxanı hindular əkib-becərmişlər. Bu fikri bir çox alimlər inkar edirlər. Avropaya günəbaxanı ilk dəfə XVI əsrdə ispanlar gətirmişlər. O vaxtkı günəbaxanlar indiki günəbaxana o qədər də oxşamırdı. Belə ki, ilk günəbaxan növünün iri güclü 0,5 metr diametri olan gövdəsi və nəhəng səbəti varmış. Avropa ölkələrində əkilən bitkinin hündürlüyü 2–3 metr olub, yuxarı hissədən budaqlanan, hər budağın üzərində isə diametri 2–3 sm olan çiçək səbətciyi olmuşdur. Çiçək açması payızın axırlarına kimi davam edir və kiçik toxumlar əmələ gətirir.

1810-cu ildə birinci dəfə xaricdən gətirilərək Madrid botanika bağına əkilmişdir. Sonralar günəbaxanı bir bəzək bitkisi kimi Portuqaliya, Fransa, İtaliya və bir sıra Avropa ölkələrində əkib-becərmişlər. Həvəskar bağbanlar günəbaxanın daha gözəl, gözoxşayan sortlarını yaradıb, bəzək məqsədləri üçün park və bağçaları bəzəyirmişlər. Bu dövrlərdə onun sədbək, çoxləçəkli, yarımleçəkli, georgi, xrizantema kimi formaları yaradılmışdır. Bu yeni yaradılan sortların çiçəklərinin rəngi ağımtıl, qırmızı, albalı-qırmızı və s. rəngdə olur. O vaxtlar bu yeni sortları «Peru xrizanteması», «Amerika xrizanteması», «Hind qızıl çiçəyi», «Meksika günəş çiçəyi» və bu kimi adlandırıldılar.

Birinci dəfə günəbaxanın bioloji təsvirini 1568-ci ildə Hollandiya alimi Rembert Dedoneus (1517–1585) vermişdir. 8 ildən sonra fələməng botanik Matpas Lobelius (1538–1616) buna latınca ad qoyaraq, *Helliantus* — yeni günəş çiçəyi (yunanca «*Helios*» günəş və «*antus*» çiçək deməkdir. Sonralar İsveç təbiətşünası K.Linney bu cinsin yanına bunun növünü

«annus» əlavə etmişdir. Hazırkı botanika terminində günəbaxan K.Linney tərəfindən verilmiş adla yeni «*Heliantus annus*» adlandırılır.

Bu vaxtlar «günəşçiçəyi» Avropada ən geniş yayılan və bəzək bitkisi kimi sevilən qiymətli güllərdən biri hesab edilirdi. Şairlər buna şerlər yazmış, rəssamlar bunun müxtəlif formada şəkilini çəkmişdir. XVII əsrdə avropalılar günəbaxan toxumlarından hazırlanmış çərəzlərdən, şirniyyatlardan geniş istifadə etməyə başlamışdılar. Bunun toxumlarından kofe əvəzi kimi yaşıl hissələrindən isə qida kimi istifadə etməyə cəhd edilmişdir. Bu barədə məşhur aqronom A.T.Bolotov belə yazırdı: «Cücərən zaman onun gövdəsinin cavan və yumuşaq hissələrini qırıb, açılmayan qönçələri də qabıq hissədən azad edərək, bir yerdə qaba töküüb, adi suda qaynadırdılar. Qaynamanı onlar yumşalıb tam bişənə qədər davam etdirirdilər. Sonralar suyunu süzüb tullayır, bişmiş tərəvəzin üzərinə bir az üzüm şərbəti, donuz piyi, duz, qoz çiçəyi (ədviiyə) əlavə edib, şorba hazırlayıb ləziz xörək kimi yeyərmişlər. Günəbaxanın cavan zoğ və qönçələrindən hazırlanan bu cür ləziz xörək növləri xalq tərəfindən o qədər də rəqabətlə qarşılanmadı.

Bir az sonra yəni 1716-cı ildə ingilis mütəxəssisi A.Benua ilk dəfə olaraq günəbaxan toxumlarından yağ alma üsulunu işləyib hazırladı və həyata keçirməyə nail oldu. Əldə olunan yağdan ilk dövrlərdə boyyaq və gön-dəri sənayesində istifadə olunmuşdur.

Sahibkarlar çalışırdılar ki, A.Benua üsulu ilə toxumdan alınan yağ məhsulunu bir sıra xarici ölkələrə də satsınlar. Lakin sahibkarlar ilk vaxtlar bu məqsədlərinə nail ola bilməmişlər. Çünki xaricilərin bu yağın xüsusiyyətləri haqqında tam təsəvvürləri yox idi. Lakin bu çətinliklərə baxmayaraq günəbaxan bitkisi öz «xoşbəxtliyini» rus torpaqlarında tapdı. «Günəş çiçəyinin» Rusiyaya nə vaxt gətirilməsi barəsində heç bir yazılı elmi mənbə əldə olunmamışdır. Buna baxmayaraq bir çox alimlər bunun I Pyotrun qrafı A.Razumovski tərəfindən, digərləri isə A.V.Suvarovun Avropa yürüşündən qayıdan zaman adı məlum olmayan əsgər tərəfindən gətirildiyini irəli sürürlər. Bəziləri də rus bağça sevrələri tərəfindən toxumun xaricdən alınmasına və yaxud Rusiyaya sürgün edilən alman koloniyaları tərəfindən gətirildiyini deyirlər. Nə olursa-olsun, kim nə deyirsə-desin, XVIII əsrin ikinci yarısında bəzək bitkisi kimi sayılan günəbaxan bitkisinin çoxlu səbəti olan yeni-yeni sortları alınıb, əkilməyə başlandı. Bir müddət Qərbi Avropa ölkələrinin bəzəyi olan günəbaxan bitkisinin sortlarının əksəriyyəti Rusiyanın bağ və bağçalarının bəzəyinə çevrildi.

Rusiya torpaqlarında günəbaxandan ilk anlar bəzək bitkisi kimi yalnız bağçılıqda, sonralar isə bostançılıqda və eləcə də əkin sahələrində toxum məqsədləri üçün geniş surətdə əkilib-becərilmişdir. Təbiidir ki, əkinçilər ilk anlar bunun çoxsaylı səbət formalarından yox, əksinə iri toxumlu və iri səbətciyi olan formalarını əkib-becərməyə başlamışdılar.

Eyni vaxtda günəbaxanı yaxşı şumlanmış, alaq otlarından təmizlənmiş, kübrələnmiş sahələrdə əkirdilər. Bu əməliyyatları yerinə yetirməklə, aqrotexniki üsulları öyrənməklə günəbaxan bitkisinin yeni-yeni iri toxumlu, yağla zəngin olan sortları — hal-hazırda tanıdığımız bitkini yaratmışlar. Kənd təsərrüfatı bitkilərinin tarixi ilə məşğul olan məşhur tədqiqatçı F.X.Baxteyev qeyd edirdi ki, mutasiyanın köməyi ilə səbətinin diametri 40sm, toxumunun uzunluğu 25 mm olan günəbaxan sortları yaradılmışdır. XVIII əsrin ortalarında belə bir fikir irəli sürməyə başladılar. Görəsən günəbaxandan daha hansı sahələrdə istifadə etmək olar. Yalnız çərəz hazırlanması üçün Ukrayna və eləcə də Saratov vilayətində geniş sahələrdə günəbaxan əkməyə başlamışdılar. Sahibkarlar sonralar öyrənib gördülər ki, bitkinin ən əhəmiyyətli cəhətlərindən biri yüksək qidalıq keyfiyyətinə malik yağın əldə olunmasıdır.

Çoxlu cəhətlərə baxmayaraq toxumlarından keyfiyyətli və istənilən miqdarda sadə üsulla yağ alınma üsulları işlənib hazırlanmadığına görə günəbaxan bitkisinin geniş sahələrdə əkilməsi dayandırıldı.

XIX əsrin 30-cü illərində Rusiyada günəbaxan bitkisini yağ almaq məqsədi ilə yenidən geniş sahələrdə əkib-becərməyə başladılar. Alekseyev-kada qraf Şeremetev tərəfindən həyata keçirilirdi.

40-cı illərdə Alekseyev malikanəsinin məlumatına görə qəsəbədə əkilən günəbaxandan 30 min puda qədər toxum əldə edilmişdi. Lakin Rusiyada günəbaxan toxumundan yağ istehsalını irəli sürən və buna təşəbbüs göstərən adamın adı sonralar məlum oldu.

Birinci dəfə günəbaxan toxumundan yağalma təşəbbüsünü irəli sürən şəxsin adı xalqa 1860-cı ildə məlum olmuşdur. Belə ki, 1860-cı ildə Moskva Kənd Təsərrüfatı Cəmiyyətinin jurnalında dərc edilən günəbaxanın becərilməsinə dair mülkədar A.Terentiyevin məqaləsində deyilir: «... xalqın xatirəsində yad edilən 1841-ci ildə Bokarev adlı birisi zədəgən Şeremetevanın zavodunda ixtiraçı mühəndisi olmuşdur. Bokarev günəbaxan toxumu əldə edərək onu öz əkin sahəsində əkməyi qərara alır. O, günəbaxanı əkib, yay aylarının sonunda toxumunu əldə edərək, əl üsulu ilə yüksək keyfiyyətli yağ əldə etməyə nail olmuşdur.

O bu yağı heç bir yerdə, hətta bazarlarda da görməmişdir. Bokarev yüksək keyfiyyətli yağ əldə etdiyi üçün onun sevincinin həddi-hüdudu yox idi. O birisi ili yəni 1942-ci ildə Bokarev qalan toxumlardan istifadə edərək günəbaxanın əkin sahəsini ilbəl artıraraq, xeyli toxum əldə etmiş, çoxlu miqdarda yağ alıb, satışı göndərmişdi. Bokarevdən sonra Alekseyev qəsəbəsinin başqa bir əkinçisi də günəbaxan toxumundan yağ almağa başlamışdır. Bir az müddətdən sonra Alekseyev və Biryuçinski qəzalarından əlavə bütün Voronej quberniyası tamamilə günəbaxan bitkisi əkib-becərməklə, məşğul olmuşdur. Buradan da «günəş çiçəyi», Ukrayna, Kuban, Şimali Qaf-

qaz və xüsusən də Saratov quberniyasında və s. yerlərdə bunun yeyilən «çirtlanılan» sortları geniş sahələrdə əkilmişdir. Yağ almaq məqsədi ilə əkilən günəbaxan sahəsinin çoxluğuna görə o dövrlərdə Saratov quberniyası birinci yerə çıxmışdır. 90-cı illərdə yalnız Saratov quberniyasında günəbaxan yağının 80 faizi istehsal olunmuşdur. Yağ istehsalı ilə məşğul olan başqa 10 quberniyada isə ancaq 20 faizə qədər yağ istehsal etmək mümkün olmuşdur. 90-cı illərdə Saratov quberniyasının Volski, Saratov, Atkarski vilayətlərində əkilən tarla bitkilərinin 32–34%-dən çoxu günəbaxanın payına düşürdü. Bu illər çoxlu toxum məhsulu əldə edilmişdi. Belə ki, hər hektar əkilən sahədən 98–100 puda qədər toxum əldə olunurdu. Bu dövrdə günəbaxan toxumu, taxıl toxumlarından üstün sayılırdı. Günəbaxan yağına tələbat günü-gündən artırdı. Bunu nəzərədən qaçırmayan sahibkarlar əkin sahələrini durmadan genişləndirirdilər. Bu zaman Voronej, Saratov və digər quberniyaların seleksiyaçıları məhsuldar və yağ çıxımı yüksək olan sortların yaradılması ilə məşğul olmuşlar. Bu dövrlərdə yüksək məhsuldar sortlar yaradılmışdır. Başqa ərazilərdən toxum əldə edilib, bu ərazilərdə əkilən toxumdan əmələ gələn bitki 5 aydan sonra toxum verdiyindən, əkinçilər bununla qane olmayıb, yeni tezyetişən sortlar yaratmağa çalışdılar. Bunların gərgin əməyi hədəf getmədi. Belə ki, 70–80 gün ərzində vegetasiya dövrünü başa vuran sortların əldə edilməsinə nail oldular. Xalq seleksiyaçıları öz təcrübələrini sürətlə davam etdirərək yaxın illərdə 10-a qədər yeni məhsuldar və toxumu tezyetişən sortlar əldə etməyə nail oldular. Sonralar isə yağ çıxımı yüksək olan sortlar yaradılmağa başlandı. Çirtlama — «yemək» məqsədi ilə yaradılan günəbaxan sortlarının toxumları uzun, qabıqları qalın, yağ təbiətinə malik olanlar isə əksinə qısa, sıx rüçeymə malik olan nazik qabıqlı, yağı yüksək olan şiştəhər toxum formalı sortlar idi. Beləliklə günəbaxanı Rusiyada bir neçə istiqamətdə: toxumları xırda olub, bəzək bitkisi kimi, toxumları iri yemək məqsədi üçün, tərkibində çoxlu yağı olan və s. sortları inkişaf etdirməyə başlamışdılar. İldən-ildə günəbaxanın sahələrini genişləndirən əkinçilər, mülkədarlar, yağ istehsal edən sahibkarlar, tacirlər, satıcılar böyük miqdarda gəlir əldə edib varlanırdılar. Birdən əkin sahələrinin üzərini pas göbələkləri bulud kimi aldı. Ani halda bitkinin yarpaqları qaralıb külə döndü, bitki məhv olmağa başladı. Məhsuldarlıq demək olar ki, tamamilə yox dərəcəsinə gəlib çıxdı.

1869-cu ildə Voronejin zəngin sənayeçisi A.R.Mixaylov «Yerquruluş» qəzetində yazırdı: «1866-cı ilin qorxusu, heç bir şeylə müqayisə olunmaz, bədbəxtçilik gələrək, yağ sənayesini tamamilə tənəzzülə uğrattı. Belə ki, hər il min pudlarla yağ satılan bazarı olan Alekseyevka boşaldı. Kəsiblaşmış adamlar çörək almağa belə pul tapa bilmədilər. İnsanlar çıxılmaz vəziyyətdə qalaraq, bu dəhşətli «parazitə» qarşı necə mübarizə aparmağın yolları haqqında düşündülər. Bu arzuolunmaz «parazit» günəbaxan bitkisi-

nin şirəsini sorub onun axırına çıxırdı. Hər ildə yağ istehsalı zamanı Saratovdan Moskvaya, Peterburqa və s. şəhərlərə, müxtəlif quberniyalardan 250–300 min puda qədər yağ göndərildiyi halda, 1869-cu ildə isə ancaq 40 pud göndərilmişdir. Bir çox yağ zavodları toxumun çatışmazlığı nəticəsində öz işlərini dayandırmışdır.

Baş vermiş bu ağır vəziyyətdən çıxış yolunu ancaq xalq seleksiyaçıları tədricən aradan qaldırmağa başladı. Belə ki, əkinçilər sahələrdə pas göbələyinə qarşı davamı olan yaşıl yarpaqlı günəbaxan bitkilərinin tək-tək olsa da qaldıqlarını nəzərlərindən qaçırmadılar. Bu davamlı günəbaxan toxumlarından xalq seleksiyaçıları yeni pas göbələyinə qarşı günəbaxan sortu əldə etdilər. Bu sorta yarpağının rənginə görə «yaşıl» adı vermişdilər. Günügündən günəbaxan bitkisinin əkin sahələri genişləndirilirdi. Bir azdan sonra ikinci bədbəxtlik baş verdi. Hər yerə yayılan yeni parazit «qurducağaz» peyda oldu. Bu xəstəlik nə bitkinin gövdəsində, nə də yarpağında görünürdü bu ancaq bitkinin kökündə parazitlik edərək, onun qidasını «əlindən alıb» özü yeyirdi. Bunun nəticəsində göz görə-görə bitki məhv olmağa başlayırdı. Parazitin məhvəedici kiçik sportları külək vasitəsi ilə çox uzaq məsafələrə yayılaraq, torpaq və otların içərisində gizlənərək əlverişli şərait baş verdikdə yenidən inkişaf edib, öz parazit xüsusiyyətini davam etdirərək, əkin sahələrini məhv edirdi. Parazit sakit vəziyyətdə 8–10 il keçməsinə baxmayaraq öz yaşama qabiliyyətini saxlayırdı. Bir çox torpaq sahələri bu parazitlə əhatə olunduğundan bu yerlərə günəbaxan toxumu əkmək hədəf idi. Bu parazite qarşı kimyəvi mübarizə üsulu məlum olmadığı üçün, ancaq aqrotexniki üsullara əl atılaraq mübarizə aparılmağa başlamışlar. Belə ki, əkin sahələrində olan bitkilər kökündən çıxarılır, bir yerə toplanır, yandırılır, dərin şum edilərək, dondurma işləri aparmaqla və s. mübarizə, işləri görülürdü. Bu görülən tədbirlərə baxmayaraq parazit inkişaf edib, öz «düşmənçiliyini» davam etdirirdi. Yenə də əkməkçilərin köməyinə xalq seleksiyaçıları gəldi.

Belə ki, xalq selersiyaları bu zaman təbii və süni seçmə üsulları hazırlayaraq, xəstəliyə qarşı davamlı sortlar yaratmaq üzərində gərgin iş aparmağa başladılar. Lakin bir xəstəliyə qarşı mübarizə aparıb qurtarmamış, o biri xəstəlik əmələ gəlirdi. Bu zaman isə günəbaxan güvəsi əmələ gəlir. Bu güvələr günəbaxan səbətində daxil olub, toxumları yeməyə başlayır, bitkini məhv edirdilər. Saratov quberniyasında əkilən günəbaxan sahəsi əsas etibarilə güvə parazit ilə tamamilə məhv edilmişdir. Buna qarşı mübarizə ancaq tarlalarda olan xəstə bitkiləri yandırmaqla həyata keçirilirdi. Alınan kül isə zavodlara göndərilib, potaş istehsal olunurdu. Bu dövrlərdə günəbaxanın əkin sahəsi kəskin sürətdə azalmağa başladı. Bu dəfə də güvəyə qarşı mübarizə üsulunu saratovlu aqronom İ.M.Karzin tapdı. O, müxtəlif günəbaxan sortlarını güvəyə qarşı sınaqdan keçirməyə başladı. Nəhayət, buna qarşı davamlı Kaliforniyada bəzək məqsədi ilə əkilən günəbaxan sortu oldu. Bu

budaqlanan, çoxlu kiçik sərbətciyi olan çoxl  kkl   g  n  baxan idi. Əksər  i-
  kl ri toxum vermirdi, lakin yuxarı çiçəklərdə güvəyə qarşı davamlı to-
xumlar əmələ gəlməyə bařladı. Aqronom Karzin  arpazetm  üsulu ilə bu
dekorativ sortlardan yüksək yaęlılıq x susiy tin  malik sortlar əldə
etmiřdir.

Toxumların qabıęı  yr n l rk n isbat edildi ki, onun tərkibində zəngin
karbon birl řm ləri vardır. Bu qabıq o qədər qalın olur ki, tirtil g n si onu
kəsib toxumunu məhv edə bilmirdi.

Bu davamlı sortun meydana gəlməsi ilə əlaqədar olaraq, 1913-c  illər-
də günəbaxanın əkin sahələri yenidən geniřl ndiril r k, bir milyon hektara
 atdırılmıřdır. Beləliklə, rus k ndlisi t r f nd n «Amerika yabanıřı» əvvəl-
c  park, baę v  baęcaların bəzədilməsində, sonralar yemək u un  n nəhayət
yaę istehsalı kimi istiqamətlərdə inkiřaf etdirilmıřdir. Rusiyada günəbaxan
təsərrüfatını inkiřaf etdirmək u un  kin il r  seleksiyaçı-alimlər  z kömək
Əllərini  sirg m miřl r. Bu dövrdə bir çox təcrübə stansiyaları yaradılaraq,
bařqa taxıl bitkil ril  yanařı günəbaxan bitkiləri üzrə də elmi tədqiqat iřl ri
aparılaraq yeni-yeni məhsuldar v  müxtəlif xəstəliklərə qarşı davamlı sortlar
yaradılması u un gərgin əmək s rf edilmiřdir. 1912–1913-c  illərdə Saratov
təcrübə stansiyasında seleksiya ılar t r f nd n Saratov 169, Xarkov–76,
«Yařılı» sortu əldə edilmiřdir. Bu zaman tezyetif  l c  də Sibirin saxtası-
na davamlı sortlar yaradılmıřdır. Bu bitkilər  vv lki sortlardan müxtəlif x s-
t likl r  davamlı və məhsuldar olmaları ilə f rql nirdil r. Sovet seleksiya
alimlərinin  n böyük nailiyyəti yüksək yaę keyfiyyətinə malik sortların ya-
radılıb,  kin il rin ixtiyarına vermələri olmuřdur.

V.S.Pustavoyanın t ř bb s  ilə 1972-ci ildə Kuban kənd təsərrüfatı
məktəbi, Krasnodar vilayətində isə «Kruqlik» adı altında təcrübə stansiyası
yaradılmıřdır. Bunu da inkiřaf etdirərək 1932-ci ildə  mumittiaq elmi-
tədqiqat yaęlı bitkilərin mədəni hala keçirilməsi ilə m řęul olan yeni institut
yaradılmıřdır. Bu dövrlərdə Saratov v  Voronejd  olan təcrübə stansiyaları-
nın hamısı Kuban vilayətində m rk zl řdirilmıřdir.

V.S.Pustavoy birinci dəfə «Kruqlik A–41» sortu yaratmıřdır. Bu sor-
tun toxumunun tərkibində 36%-  qədər yaę olmuřdu.  vv lki sortlara nis-
bütün 3–6 faiz çox idi. 30-cu illərin axırlarında onun t r f nd n yaradılan
bařqa bir günəbaxan sortunun tərkibində isə 38–40% yaę olmuřdur. Bu sort
o vaxtlar mütəxəssisləri çox heyran etmiřdir. 50-ci illərdə isə V.S.Pustavoy
 z  m kdařları ilə birlikdə toxumunun tərkibində 42–45% yaę saxlayan
yeni sort da əldə etmiřdil r. 60-cı illərdə isə toxumunun tərkibində 48–52,5
b zisinde isə 57% yaę saxlayan «qabaqcıl günəbaxan sortu yaranmıřdır. Bu
sort bařqa sortlardan m hsuldarlıęına, müxtəlif xəstəliklərə davamlıęına
görə f rql nmıřdir.

Xalq seleksiyaçıları tərəfindən yaradılan yeni sortlar pas göbələklərinə qarşı çox davamlı və yüksək məhsuldar olmuşlar. Buna baxmayaraq pas göbələyi xəstəliyi yenə də tək-tək hallarda özünü göstərirdi. V.S.Pustavoy bu problemlə məşğul olmağa başladı. O, ABŞ-ın Texas ştatından gətirdiyi yabanı növü başqa bir məhsuldar günəbaxan sortu ilə çarpazlaşdırmış, lakin çox budaqlanan və kiçik səbətləri olan günəbaxan forması əldə etmişdir. O, təcrübələrini davam etdirərək, pas göbələyinə qarşı davamlı və məhsuldar yeni sort əldə etməyə nail olmuşdur. Pustovoy bu sortunu sovet seleksiyaçılarınım şahı adlandırdı. Hal-hazırda bu sortu geniş surətdə Ukrayna və Kuban, Saratov, Volqaqrad, Voronej vilayətində, əkitabecərilər. Bunu hətta Bolqarıstan, Macarıstan, Rumıniya, Fransa və bir sıra Qərbi Avropa ölkələrində hətta ABŞ-da əkitabecərməyə başlamışlar.

İlk başlanğıcını Voronej alimləri (seleksiyaçıları) tərəfindən həyata keçirən günəbaxan bitkisi dünya əkinçilik mədəniyyətində birinci yerlərə çıxmışdır. Belə ki, hər hektar sahədən 15 sentner yağ əldə edilir. Bu qədər məhsul hal-hazırda dünyanın heç bir ölkəsində əldə edilməmişdir. Aqrotexnika elminin yeniliklərinə əsaslanaraq, günəbaxan bitkisinin məhsuldarlığı hər hektar sahədən 1913-cü ilə nisbətən 12–13% artıq toxum məhsulu əldə edilməsinə gətirib çıxarmışdır. Qabaqcıl təsərrüfatlar hər hektar sahədən 20 sentnerdən artıq toxum əldə etməyə nail olmuşlar ki, bu da 1 tondan artıq yağ deməkdir. Krasnodar vilayət XTNS-də hər hektardan 30 sentner toxum məhsulu verən günəbaxan sortu nümayiş etdirmişdir.

Seleksiyaçı alimlər bu günkü nailiyyətlər ilə kifayətlənməyərək, yeni-yeni məhsuldar, tez yetişən hündürlükləri 100 sm olan günəbaxan sortları yaratmaq üzərində gərgin iş aparırlar. Onlar elə sortlar yaratmaq istəyirlər ki, hal-hazırda hər hektar sahəyə əkilən 20–60 min ədəd əvəzinə 100 min bitki əkmək mümkün olsun. Bundan əlavə mal-qaranın yem bazasını möhkəmləndirmək məqsədilə silos hazırlamaq üçün yeni sortlar əldə edib, kənd əməkçilərinin öhdəsinə verilmişdir. Bu məqsədlə seleksiyaçı alimlər tərəfindən silos məqsədi ilə istifadə olunan «Giqant-549» sortu əldə edilmişdir. Bu sort hər hektar sahədən 1000 sentner yaşıl kütlə əldə etməyə imkan verir. Gövdəsində 40-dan artıq budağı olur. Bu sort öz keçmiş yabanı növünü xatırlatmaqla yanaşı ondan budaqlarının sayı və məhsuldarlığı ilə fərqlənir.

Günəbaxanın qiymətli yağ, dərman, boyaq, yem və s. əhəmiyyətini nəzərə alıb respublikamızda bitkinin geniş əkin sahələrinin təşkil edilməsi məqsəduyğun olardı.

Günəbaxan yağından müalicə preparatlarının hazırlanması.

Günəbaxan yağı müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə tibb mütəxəssisləri tərəfindən çox yüksək qiymətləndirilmişdir. Belə ki, günəbaxan yağının tərkibi heyvan yağlarından fərqli olaraq doymamış yağlarla zəngindir. Ona görə də qida məhsullarının hazırlanmasında ən çox günəbaxan yağından

istifadə olunmasını məsləhət görürlər. Çünki günəbaxan yağı damarların divarlarına heç bir ziyanlı təsir göstərmir. Bundan başqa günəbaxan yağı bir də ona görə qiymətli sayılır ki, onun tərkibində çoxlu miqdarda F vitamini vardır. Bunun orqanizmdə azlığı nəticəsində mədə-bağırsaq sisteminin selikli qişasına, damarların zədələnməsinə (sklerozdan infarkta qədər), artrit, qara ciyərin xroniki xəstəliyi, orqanizmin virus və bakteriyalara qarşı zəifləməsinə gətirib çıxardır. Ona görə də orqanizmdə baş verən bu mənfi xüsusiyyətləri aradan qaldırmaq üçün hər gün 1–3 xörək qaşığı günəbaxan yağı qəbul etməyi məsləhət görürlər. Bu məqsədlə günəbaxan toxumlarından soyuq şəraitdə presləmə üsulu ilə alınan yağından istifadə etməyi məsləhət görürlər. Soyuq üsulu ilə alınan yağın rəngi tünd, dadlı və xoş toxum iyinə malikdir. Lakin yağın bir nöqsanı vardır. Belə ki, o tez bulanır, tərkibində bioloji aktiv maddələr aradan çıxır, havada tez oksidləşir. Yağın tərkibində nə qədər çox F vitamini olarsa, o qədər də o tez xarab olur.

Günəbaxan yağının müalicəvi xüsusiyyətlərini nəzərə alıb xroniki xəstəliklərin qarşısını almaq üçün hər gün bir xörək qaşığı daxilə qəbul etmək məsləhət görürlər.

İmmuniteti artırmaq üçün, soyuqdəymə, parodontoz və tonzillit zamanı. Səhər tezdən acqarına 1 xörək qaşığı təmizlənmiş yağdan ağzınızda 5–7 dəqiqə saxlayıb yaxalayın. Sonra tüpürüb ağız nahiyənizi isti su ilə yaxalayın.

Avitaminoz və hipovitaminoz zamanı karotin tərkibli yağlardan istifadə etmək məsləhət görülür. Bunun üçün bir stəkan ərik qurusunu yuyub, qurudun. Qurutduqdan sonra üzərinə bir stəkan təmizlənmiş yağ əlavə edib 7 gün qaranlıq yerdə saxlayın. Sonra süzüb yemək qabağı 1–2 xörək qaşığı qəbul edin və yaxud salatın üzərinə töküüb yeyin.

Böyrək və öd kisəsi xəstəliklərində (öd daşlarında, öd yolları xəstəliklərində, öd daşlarının tökülməsində). Səhər tezdən acqarına bir xörək qaşığı təmizlənmiş günəbaxan yağı qəbul etmək məsləhətdir.

Rinit və angina zamanı. Stəkanın 1/2 hissəsi qədər günəbaxan yağı götürüb qaynama dərəcəsinə gətirib sonra su hamamında 10 dəqiqə saxlayıb soyudun və üzərinə bir diş əzilmiş sarımsaq əlavə edib, 8 saat dəmlədikdən sonra süzüb 3–5 damcı qəbul edin.

Mədə və onikibarmaq bağırsağın müalicəsi üçün. 3 xörək qaşığı günəbaxan yağından götürüb bankaya tökün o qədər də üzərinə araq əlavə edib, ağzını qapaqla möhkəm bağlayın. Sonra gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı yeməkdən qabaq qəbul edin.

Artrit, revmatizm, miozit, radikulit və paraliç nəticəsində baş verən qıcolmaları aradan qaldırmaq üçün. 30 ədəd dəfnə yarpağını narın hissəyə salıb şüşə bankaya töküüb, üzərinə 1 stəkan günəbaxan yağı əlavə edin. 10

gün qaranlıq və isti yerdə saxlayın. Süzüb təmizlədikdən sonra axşamlar ağrıyan nahiyənin üzərinə sürtüb bağlayın.

Səs tutulmalarında. Stəkanın 1/2 hissəsi qədər günəbaxan yağı götürüb su hamamında qızdırıb pambıq parçaya hopdurub axşam və səhər kompres əvəzi kimi istifadə edin. Kompresi götürdükdən sonra udlaq hissənizi ehtiyatla massaj edin. Bu əməliyyatdan sonra udlaq sahəsində qan dövrəni yaxşılaşacaq və qısa bir müddət ərzində səs öz normal həddinə düşəcəkdir.

Günəbaxandan ağıllı və şüurlu surətdə istifadə etməyi bacarsaq bir çox qorxunc xəstəlikləri müalicə edə bilərik.

Günəbaxanın ayrı-ayrı hissələrindən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Günəbaxanın toxumları tam yetişdikdən sonra ondan yağ almaq üçün kəşib toplamağa başlayırlar. Bu zaman müalicə məqsədləri üçün gövdə də kəşilib götürülür, uzunluğu 2 sm ölçüdə doğranıb xırda hissələrə salınır və kölgəli, mehvuran sahələrə sərilib yaxşı-yaxşı qurudulur. Sonra kağız və xüsusi materialdan hazırlanmış tələslərə doldurulub, yeri gəldikcə istifadə edilir.

Qurudulmuş gövdədən 2 ovuc götürüb 3 litrlik bankaya töküüb üzərinə soyuq su tökün. Bundan sonra xammaldan cövhəri almaq üçün bir az saxlayın. Sonra suyunu süzüb qaynadın. Səhərə qədər saxlayın. Səhərisi bankada olan ekstraktı süzüb aldığımız ekstraktla gündə 3 dəfə, yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edib sidik-cinsi sistemini, böyrək xəstəliklərini, qalxanabənzer vəzi xəstəliklərini müalicə etmək olar. Müalicəni 1 ay aparıb 1 həftə istirahət verin. İldə bu əməliyyatı 3–4 dəfə təkrar edin. Yadıınızda saxlayın ki, günəbaxanın gövdəsindən hazırlanan ekstrakt kəskin sidikqovucu təsirə malikdir. Bu zaman damarlarımızda kəskin ağrılar baş qaldıracaqdır. Bu damarlarda olan şlakların təmizlənməsini bildirir. Bu zaman şiddətli tərməmələ gəlməyə başlayır. Revmatizmə tutulan hər bir insan ayaqlarını həftədə iki dəfə isti duzlu suya qoyub vannasını qəbul edib isti saxlamalıdır. Sonra 3 ovuc xammaldan götürüb 2 litr duzlu suya töküüb saxlayın və vannasını qəbul edin. Vanna qəbul edən zaman sizin başınızda kəskin ağrılar baş verə bilər. Bu da orqanizmin toxuma və orqanlarının şlaklardan təmizlənməsinə nişanədir.

Günəbaxanın ləçəklərindən hazırlanan cövhərindən şəkərli diabet zamanı dəridə əmələ gələn yara qabarmalarının müalicəsində istifadə edilir. 10 q ləçəyindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün 20 dəqiqə qaynadın və soyudub süzün. Sonra ləçəklərini götürüb yaraların, kəsiklərin, xəstə nahiyələrin üstünə qoyub sağaldın. Bundan başqa çiçəyinin ləçəklərindən alınan cövhərlə qızdırmanı, miqreni (qaymoriti), əsəb səpgilərini və s. müalicə edirlər. Bu cür cövhərdən mədə-bağırsaq sistemində əmələ gələn spazmların aradan qaldırılmasında, bronxial astmanın yüngülləşdirilməsində

də təbiiq edilir. İstənilən şüşə qabı götürüb 2/3 hissəsinə qədər ləçəklə doldurub ağzına qədər samaqon əlavə edin. 2 həftə ərzində cövhərini aldıqdan sonra psoriaz olan nahiyələrə sürün.

Rusiyada İvan Qrozninin çarlığı zamanı cavan günəbaxan ləçəklərindən dəmləmələr və cövhərlər hazırlanırdı. Xalq təbabəti ilə məşğul olan loğmanların dediyinə görə həmin ekstraktlar jənşenin göstərdiyi təsirlərə malik idi. Bunun üçün 20 q çiçək başcığundan götürüb 100 ml spirtin üzərinə töküüb, isti yerdə 10 gün saxlayıb süzün. Gündə 30–40 damcı 3 dəfə qəbul edin.

Ciy toxumundan qan təzyiqinin, qan damarlarında baş verən sklerotik proseslərin, eləcə də sinir sisteminin sakitləşdirilməsində. Yarım litr həcmində olan şüşə bankanı ağzına qədər günəbaxan toxumu ilə doldurub içərisində 2 litr soyuq su olan emal qazana tökün. Sonra zəif od üzərinə qoyub, 2 saat qaynadın. Aldığınız dəmləməni bütün gün ərzində qəbul edin. Müalicə kursunu 14 gün apardıqdan sonra 5 gün istirahət verin. Müalicəni sağalana qədər davam etdirin.

Orqanizmdə olan duzların əridilib kənar edilməsində, aritridə, artrozda, osteoxondrozda, böyrəkdə və öd kisəsində olan daşların və qumların kənar edilməsində. 1 stəkan həcmində doğranmış kökdən götürüb 3 litr suya töküüb 2 dəqiqə qaynadın. Aldığınız bütün dəmləməni 3 gün müddətində qəbul edin. Həmin kökün üzərinə 3 litr su töküüb 5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra süzüb yenidən 3 gün qəbul edin. 3–cü dəfə həmin kökün üzərinə yenidən 3 litr su töküüb 15 dəqiqə qaynadıb süzün. Conra kökü yenidən bişirin, aldığınız çayı bir ay müddətinə içməyi davam etdirin. Nə vaxt ki, sidiyinizin rəngi saflaşdı müalicəni dayandırın. Müalicə zamanı duzlu, yağlı xörəklərin qəbul edilməsi məsləhət görülmür.

Kök hissəsində müalicə zamanı. Kök hissəsinin nə vaxt yerdən çıxarılması haqqında heç bir məlumat yox idi. Uzun müddətli təcrübələr zamanı müəyyən olundu ki, günəbaxanın kökünü müalicə məqsədləri üçün sentyabrın 15-dən 20-nə kimi, saat 5–7 arası qazıb çıxartmaq lazımdır. Bu vaxtlar o müalicəvi təsirə malik olur. Başqa dövrlərdə kökün müalicəvi təsiri çox effektiv olmur.

Günəbaxanın səbət hissəsindən alınan ekstraktan böyrək, mədə və onikibarmaq bağırsağ, öd vəzi xəstəliklərini müalicə etmək üçün. Nə vaxt ki, səbətdə toxumlar yetişməyə başladı, səbəti kəşib, ləçəkləri qopardıb kənara atın, bütün səbəti xırdalayıb ət maşınından keçirin. Alınmış kütlədən götürüb şəkər tozu ilə 1:1 nisbətində qarışdırıb şüşə bankalara doldurun. Sonra ağzını təmiz ağ kağızla bağlayın. Qapaqdan istifadə etmək olmaz. Aldığınız kütlədən aşağıdakı qaydada istifadə edin:

Ciyər, onikibarmaq bağırsağ, öd kisəsi xəstəliklərinin müalicəsində. 1 çay qaşığı qarışıqdan götürüb 1 stəkan çayın və yaxud kofenin içərisinə

töküb qarışdırın və gündə 3 dəfə qəbul edin. Müalicə kursunu 1 aya qədər davam etdirin.

Yerılması — *Helianthus tuberosus*

Yeralmasının ikinci adı topinamburdur. Topinambur öz adını Şimali Amerikada «tupinamba» adlanan hindu tayfasından götürüb. Hindular yeralmasını çox qiymətli, güc verən müalicəvi bitki hesab edirlər. Yeraltısından əvvəllər Hollandiya və İsveçdə müalicə məqsədləri üçün geniş istifadə olunmuşdur. Orada yeralmasını kərə yağı və çaxırda bişirib, alınmış kütlədən ürək xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edirmişlər. Çin təbirləri enterit, dizenteriya, düz bağırsağın selikli qişasının iltihabı xəstəlikləri zamanı gündə bir ədəd yerılması yeməyi məsləhət görürlər. Sınıqlar zamanı isə yeralmasının, yarpaqlarını xırdalayıb sıyıq şəklində zədəli nahiyələrə qoyurlar.

XVII əsrdə rus xalqı topinamburu yerarmudu adlandırmışlar. Rus təbirləri bu bitkinin kök yumrularını çaxırla qarışdırıb məhlulunu hazırlayıb ürək-damar xəstəliklərini müalicə edirmişlər. O vaxtlar bu bitkidən çiban və yaraların müalicə olunması üçün də tətbiq edilirdi. Bunun üçün tənzifi yeraltısının kökündən alınmış şirəsində isladıb zədəli nahiyələrə kompres halında qoyub, axşamdan sərhərə qədər saxlayırlar. Bu müalicəvi bitkinin köməyi ilə oynaq və onurğa sütunu ağrılarında azad olmaq olar. O, həmçinin yuxusuzluq və yorğunluğa qarşı da müsbət təsir göstərir. Bu gün yeraltısından fəal surətdə nəinki xalq təbabətində, həmçinin elmi təbabətdə, farmakologiyada və kosmetikada geniş istifadə olunur.

Şəfa bitkisi topinamburun tərkibində orqanizm üçün vacib olan bir sıra bioloji aktiv maddələr aşkar edilmişdir. Bitkinin kök yumrularının tərkibində 10–17% inulin maddəsi aşkar edilmişdir ki, bunu saxaroza və nişastadan fərqli olaraq orqanizm yaxşı mənimsəyir və şəkər (diabet) əleyhinə təsirə malikdir. İnulindən başqa bitkinin kök yumruları fruktoza ilə də zəngindir. Kartof, yerkökü və çuğundurun kök yumruları ilə müqayisədə topinamburunun tərkibində dəmir, kremium, sink, vitaminlərdən C₁, V₁, V₂ daha çoxdur. Yeraltısının digər tərəvəzlərdən fərqi tərkibində yüksək miqdarda zülalın olmasıdır. Yeraltısından müxtəlif formada istifadə etmək olar. Belə ki, bunun kök hissəsindən çiy halda salat hazırlayıb, suda və yaxud sobada bişirib, digər tərəvəzlərlə istifadə edirlər. Əgər gündə yeraltısından 300 qram yesəniz və ya 1 stəkan təzə çökəlməmiş şirəsindən içsəniz aşağıdakı sadaladığımız xoşagəlməzliklərdən qurtula bilərsiniz. O, orqanizmdən toksiki maddələri çıxarır, qanda şəkərin, xolesterinin miqdarını azaldır, piylənməni azaldır. Orqanizmdə təbii energetik balans, arterial təzyiqin sabitliyini,

qanda hemoqlabinin miqdarını sabit saxlayır. Duzlaşma, miokard infarkt, mədə-bağırsaq və digər xəstəliklərin profilaktikası zamanı faydalıdır.

Xalq təbabətində yeralmasından hazırlanan preparatlar.

Güclü təsiredici məlhəm. Müasir tədqiqatçılar müəyyən ediblər ki, bu bitki və ondan hazırlanan məhsullar çox güclü dərman və profilaktika vasitəsidir. Müəyyən edilmişdir ki, yeralması hətta xərcəngə qarşı da təsir göstərir. Şəkər xəstəliyindən əziyyət çəkən insanlar yeralmasından istifadə etməklə qanda şəkərin miqdarını azaldırlar. Diabet və qara ciyər xəstəlikləri zamanı yeralmasının təzə yarpaqlarından salat şəklində istifadə edirlər. Yeralmasının şirəsi müxtəlif xəstəliklər zamanı yaxşı təsir göstərir. Təmiz yuyulmuş yeralmasını şirəçəkən maşından keçirib soyuducuda saxlayın. Ürəkbulanma, baş ağrısı, yüksək qan təzyiqi olan zaman səhərlər 2 xörək qaşığı şirəsini eyni miqdarda su ilə qarışdırıb qəbul edin. Mədə-bağırsaq xəstəlikləri, qəbizlik zamanı yeralması şirəsindən gündə 2–3 dəfə yemək-arası 1–2 xörək qaşığı üçün. Müalicə kursu 20 gündür. Polartirit zamanı isə şirədən gündə 3 dəfə yarım stəkan həcmində qəbul edin. Şirədən qalmış çöküntünü isə kompres şəklində ağrıyan nahiyələrə qoyun.

İndi apreklərdən yeralmasının hazır preparatlarını da almaq mümkündür. Klinik sınaqlar zamanı müəyyən edilib ki, bu preparatlar müxtəlif toksiki maddələrdən, alkoholdan zəhərlənmələr zamanı, o cümlədən yanıqlar zamanı çox effektivdir. Preparatlardan həmçinin qan dövranı pozğunluqlarında, dayaq-hərəkə aparatı xəstəliklərində, disbakterioz, ekzema, yuxusuzluq zamanı istifadə edilir. Bu preparatlar tez-tez xəstələnən uşaqlara, infarktdan və insultdan sonra bərpa olunma və digər xəstəliklər zamanı təyin edilir.

Hipertoniya, anemiya, şəkərli diabet, pankreatit zamanı. Yeralmasının qurudulmuş və yaxud çiy halda kök yumrularından istifadə edilir. Bunun üçün 1 litr suya 5 ədəd çiy yeralması və ya 3 xörək qaşığı qurudulmuş yarpağından töküb, 10–15 dəqiqə (qurudulmuşunu 30 dəqiqə) qaynadın. Bu dəmləmədən həm soyuq, həm də isti halda həftədə 1–2 dəfə olmaqla gün ərzində 1 litr həcmində qəbul edin.

Sistit, pielonefrit, leykoz, vərəm, anemiya, şəkərli diabet, atroskleroz, taxikardiya, isemik xəstəliklər zamanı yeralmasından hazırlanan dəmləmədən istifadə etmək faydalıdır. Dəmləmənin hazırlanması. 2 xörək qaşığı yeralması yarpaqlarının və ya xırdalanmış kök yumrularının üzərinə 2 stəkan qaynar su töküb, axşamdan səhərə saxlayın. Dəmləmədən gündə 3–4 dəfə, yeməkdən 10–15 dəqiqə əvvəl, stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 20 gündür.

Şəkərli diabet, skleroz, hipertoniya, anemiyadan əziyyət çəkənlərə yeralmasının gövdəsindən hazırlanmış dəmləmədən istifadə etmək yaxşı təsir göstərir. 2 xörək qaşığı xırdalanmış gövdəsinin üzərinə 2 stəkan qaynar su əlavə edib, soyuyana qədər gözləyin. Dəmləməni gündə 4 dəfə yarım

stəkan həcmində qəbul edin. Müalicə kursu 20 gündür. Yeralmasını sürtgəcdən keçirin. Alınmış sıyığı ekzema, dəri yaraları, civzələr, yanıqlar və vitiliqo zamanı zədəli nahiyələrə kompres şəklində qoyun. Proseduru gündə 2 dəfə, 20 dəqiqə müddətinə yerinə yetirin. Bitkinin şirəsindən qəbul etmək olar.

Yeralmasından kosmetik vasitələrin hazırlanması.

Yeralması, həm də əla kosmetik vasitədir. Məsələn, qıcıqlanmış, iltihablı üzün derisinə bitkini sıyıq şəklinə salıb, maska qoymaq çox faydalıdır. Əməliyyatı həftədə iki dəfə, 20 dəqiqə müddətinə yerinə yetirin. Sonra üzünüzü ilıq su ilə yuyub, krem çəkin. Müalicə kursu 10–15 seansdır. Bu cür maskanı yeralmasının şirəsindən də edə bilərsiniz. Qırıq və quru dərisi olanlar həftədə iki dəfə yeralmasından hazırlanan sıyıqla üzünü masaj etməlidirlər. Əgər bu proseduru müntəzəm yerinə yetirərsəniz, üzünüzün dərisi zərif, təmiz, elastik olacaq. Qırıqlar da tədricən itməyə başlayacaq. Yeralması bitkisinin yarpaqlarından hazırlanan dəmləmə ilə saçları yaxalamaq çox faydalıdır. Dəmləmənin hazırlanma qaydası belədir. 1 xörək qaşığı qurudulmuş yarpaqların üzərinə 1 stəkan qaynar su töküüb, 30 dəqiqə saxlayıb süzün. Bu dəmləmə ilə saçlarınızı yaxaladıqdan sonra onlar sağlam, gözəl və parlaq olacaqlar.

Yeralmasını Azərbaycanın istənilən iqlim-torpaq şəraitində çox asanlıqla əkib-becərməklə, ondan qida, şəkərli maddə və müalicəvi preparatların istehsalını təşkil etmək olar.

Üçbölümlü yatıqqanqal — *Bidens tripartita*

Cinsin dünya florasının tərkibində 200-ə qədər növü yayılmışdır. Qafqazda 3, o cümlədən Azərbaycanda 1 növünə rast gəlinir. Üçbölümlü yatıqqanqalın elmi adı isə «*Bidens*» latın sözü olub, «bi» «iki», «dens» «diş» deməkdir. Bu da iki iti dişşəkilli meyvə deməkdir. Növünün elmi adı isə «*tripartita*» üç bölünən mənasında, yarpağının aynasının qurluşunu göstərir. Xalq arasında bunu «itciyə», «ilişkən», «xənazir otu», «keçi buynuzu» adı ilə çağırırlar. Üçbölümlü yatıqqanqal — *Bidens tripartita* hündürlüyü 15–60 (100) sm olan kökü saçaqlı şaxələnən nazik, samanı rəngli birillik ot bitkisidir. Gövdəsi düzduran, yoğun silindirvari yaşıl və yaxud qırmızımtıl rəngli olub, qarşı-qarşıya düzülmüş yarpaqlarla əhatə olunmuşdur. Yarpaqları qısa saplaqlı dərin üçbölümlü lansetvari gövdənin yuxarı hissəsində yerləşənləri sadə, kiçik, kənarları mişar dişli olduğu halda ortada yerləşən yarpaqları nisbətən iri və bütövdür. Sarı-qonur boruşəkilli çiçəkləri iri səbətlərdən ibarət olub, yarımgirdə formasında, tək-tək hallarda budaq və gövdələrin qurtaracağında yerləşmişdir. Çiçək səbətləri ikiqat zəngvari yaşıl qınlı əhatə olunmuşdur. Kənar yarpaqları çiçək səbətindən uzundur. Çiçəkləri so-

lub meyvəsi yetişən zaman səbəti qaralır və qonurlaşır. İyul ayında çiçək açır, çiçəklənməsi sentyabr ayına qədər davam edir. Meyvəsi toxumcuq olub, iki ədəd iynəvari qılıçq formasındadır.

Üçbölümlü yatıqqanqal otu Azərbaycanın demək olar ki, hər yerində geniş yayılmışdır. Buna ən çox nəmli yerlərdə, su basmış çəmənliklərdə, çayların, göllərin, bataqlıqların kənarlarında daha çox rast gəlmək olar. Bundan başqa bitkiyə zibilliklərdə, əkin sahələrinin kənarlarında, alağ otu kimi bostanlarda təsadüf etmək olar.

Yatıqqanqal otunun tərkibindən bir sıra bioloji fəal maddələr aşkar edilmişdir. Bunlardan 50 mq% karotin, 60–70 mq% askorbin turşusu, 4,5–5,8% aşı maddəsi, 1,2–2,8% — butein, kversetin, izokreopsin, auronlar, kempferol, lyuteolin, sinarozid, sulfuretin, maritimetin, kumarinlərdən-umbeliferon, skopoletin, eskuletin və s. tapılmışdır. Bundan əlavə darçın turşusu törəmələri, efir yağı (izi), aşı maddələri, selik və qatranlı maddələr, toxumlarından isə 11%-ə qədər piyli yağ tapılmışdır.

Yaşıl hissəsinin tərkibindən 8,60% kül, mq%q-40,40 K, II,40-Ca,3,50-Mg, 0,20-Fe mikroelementləri, 6 mkq/q 0,1-Mn, 0,45-Cu, 0,81-Zn, 0,02-Co, 0,02-Cr, 0,14-Al, 0,08-V, 4,17-Se, 0,08-Ni, 3,11-Sr, 0,03-Pb, 87,20-B makroelementləri tapılmışdır.

Hələ çox qədim zamanlarda üçbölümlü bitkisinin yarpağından hazırlanan çaydan, cövhərlərindən dizinteriya, ekzema, damar və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilmişdir. Üçbarmaq otunun müalicəvi əhəmiyyəti o qədər böyük idi ki, keçmiş Rusiyanın çar quberaiyasının 29 əyalətində bunun toplanıb tədarükü ilə məşğul olmuşlar. Çin və Tibet təbabətində də üçbarmaq otundan soyuqdəymədə, islahda, geniş istifadə olunmuşdur.

Xalq təbabətində üçbarmaq otundan hazırlanan məlhəmlərdən, cövhərlərdən xənazir, raxit, iltihab əleyhinə, oynaq xəstəliklərində, istifadə olunmaqla yanaşı, sidikqovucu və tərgətirici vasitə kimi də işlədilir. Qədim zamanlarda ilan dişləmələrinə qarşı mübarizə aparmaq üçün effektiv dərman preparatları olmadığı dövrdə üçbarmaqdan hazırlanan məlhəmlərdən istifadə edilmişdir. Otundan hazırlanan cövhərindən iştahaacıcı, çətin həzm olunmağa qarşı, eləcə də böyrək və dalaq xəstəliklərində istifadə edilir.

Tərkibində çoxlu miqdarda və bir sıra qiymətli bioloji aktiv maddələr olduğundan kosmetika və dermatologiya sahəsində geniş istifadə edilir. Belə ki, bundan hazırlanan məlhəmlərdən dəri ekzemasına, qoturluğa, xənazirə, körpə uşaqlarda əmələ gələn qartmağa qarşı geniş istifadə edilir. Toxumundan əldə olunan yağdan yaraların tez sağalmasında, dəri yanıqlarında, epitel hüceyrəsinin sürətlə bərpa edilməsində işlədilir. Otundan hazırlanan vannalarından insanların sağlam, gümrəh, bədənin tərəvətli olmasında istifadə edilir. Üçbarmaq otunun tərkibinə tozağacı, gicitkən, atbitrağı, çovdar, zəncir-otu, qaraqınıq qarışdırıb hazırlanan vannasından sağlamlaşdırıcı, qüvvətlən-

dirici kimi istifadə etməklə yanaşı dəriyə sağlam rəng verilməsində də istifadə edilir.

Yatıqqanqal otunun qönçə və ilk açan çiçəklərini toplayıb hazırlanan vannaşından dəri xəstəliklərində, diatezin müxtəlif fornasında, qaşınmalarda, səpgilərin müalicəsində geniş istifadə edilir. Yayın axır aylarında, bitki qönçə və çiçək açan dövrdə gövdəni 30 sm hündürlüyündə kəsib götürürlər. Bəzən onun yarpaq və yaxud kiçik yan budaqlarını da toplayırlar. Bir müddət keçəndən sonra elə ki, bitkidə cavan budaqlar əmələ gəldi təkrar ikinci dəfə toplama işləri aparılır.

Üçbölmüli yatıqqanqal əkilən sahələri ot biçən maşınlarla toplayır, silos kombaynları vasitəsilə doğrayıb xırdaLAYIR, talvar, çardağ və yaxud od quruducularında 45–50° temperaturda sərib qurudurlar. Təbiətdə hər hektar sahədən 5–9 sentner yaşıl quru kütlə əldə edildiyi halda, mədəni şəkildə becərildikdə isə 24 sentner məhsul götürmək olar. Bitkinin kombaynlarla toxumunu döyüb çıxarırlar. Yatıqqanqal otu yaxşı şumlanmış, mala çəkilmiş nəmli torpaqlarda əkilib becərilərsə bol məhsul əldə etmək olar. Taxıl əkilən sahələrdə yaxşı inkişaf edib bol məhsul verir. Dondurma şumundan sonra hər hektar sahəyə 40 ton peyin və yaxud kompast, 30 kq mineral kübrə, əkinqabağı isə 8–10 kq fosfor, verməyi məsləhət görürlər. Yatıqqanqal otunun toxumlarını əkindən qabaq sertifikatlaşdırma edib, qış dövründə sərin şaxtalı günlərdə yaxud erkən yazda əkirlər. Toxumları bir-birindən cərgələrarası 60 sm olmaqla, 1 sm dərinliyində əkirlər. Bir hektar sahəyə norma olaraq 8–12 kq toxum səpilir. Vegetasiya dövründə 4–5 dəfə kultivasiya işləri aparılır və alaqdan təmizlənir. XIX əsrin əvvəllərində yatıqqanqalın otundan yun, ipək və pambıq məmulatlarını boyamaq üçün Rusiyada geniş surətdə əkilib becərilməmişdir.

Yatıqqanqal otundan alınan təbii boyaqdan qadın saçlarını qızılı sarı rəngə boyamaq olar.

Adi dağtərxunu — *Tanacetum vulgare*

Dünya florasının tərkibində dağtərxunu cinsinin 50-yə qədər çoxillik ot formalı növləri yayılmışdır. Qafqazda 5, o cümlədən Azərbaycanda 4 növünə təsadüf edilir. Dağtərxunu növlərinə ən çox Yer kürəsinin şimal ərazilərində rast gəlmək olar.

Dağtərxununun Azərbaycanda yayılan növlərinə isə Naxçıvan MR-in ərazisində təsadüf etmək olar.

Dağtərxunu cinslərinə aid olan növlərin əksəriyyəti, dərman, cəfır yağlı, ədviyyat, boyaq təbiətli və bəzək xüsusiyyətli bitkilərdir.

Bu növlərin içərisində ən mühümü və əhəmiyyətli adi dağtərxunu — *Tanacetum vulgare* hesab edilir. Adi dağtərxunu — *T. vulgare* hündürlü-

yü 140–150 sm-ə qədər qalxan, budaqlanan gövdəyə malik, üfqi odunlaşmış kökümsova malik, çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları növbəli, lələkvari daraqlanan olub 7–20 sm uzunluğunda üzərləri nöqtə formalı vəzlərlə əhatə olunmuşdur. Aşağıda yerləşən yarpaqları saplaqlı, yuxarıdakılar isə oturacaqdır. Çiçək səbəti sıx qalxanvari hamaşçiçəkdən ibarətdir. Bütün çiçəkləri boruşekilli olub, narıncı-sarı rəngdədir. Bitki iyul–oktyabr aylarında çiçək açır, avqustda meyvəsi yetişir. Toxumları pazformalı, daralmış, uzunsovdur.

Dağtərxunun dünyanın bir çox yerlərində yabanı quşarmudu, qurdqovucu, cənnət çiçəyi, çöl quşarmudu, fincan, düymə və s. adlarla adlandırılır.

Adi dağtərxunu keçmiş SSRİ-nin bütün ərazilərində yayılmışdır. Ən çox isə çəmənliklərdə, müxtəlif otlardan ibarət fitosenoz sahələrdə, meşə açıqlıqlarında, çöllərdə, çay kənarlarında, yaşayış binalarının ətraflarında, yol kənarında təsadüf etmək olar.

Dağtərxununun müalicəvi xüsusiyyətləri çox qədim dövrlərdən insanlara məlum olmuşdur. Bir rəvayətdə deyilir ki, qadınlar cavan, gözəl və cazibədar görünmələri üçün Olimp allahına yalvarırlar ki, onlara kömək etsin. Qadınların xahişini yerinə yetirən Olimp allahi çiçəkləri parlaq, narıncı-sarı rəngli, ətirli iyə və gözəl müalicəvi xüsusiyyətlərə malik dağtərxununun toxumlarını göndərir. Buna görə də xalq arasında dağtərxununa «qadınların çiçəyi» deyirlər.

Qədim romalılar dağtərxununun çiçəklərindən hazırlanan cövhərlərlə qadın aybaşısının nizama salınmasında, qədim misirlilər isə ölmüş fironların bədənlərinin balzamlaşdırılmasında istifadə edirdilər.

Dağtərxunundan soyuqdəymədə, ishalda büzüşdürücü, ödqovucu, təgətirici, qızdırmasalıcı, yarasagaldıcı, qankəsici, qurdsalıcı kimi işlədilir.

Bitkinin yarpaq və çiçəklərinin tərkibindən 0,8–0,9% efir yağı, akasetin, kversetin, apigenin, lyuteolin, osmosinin, tiliantin, sinarozid, kversimeritrin, xrizoeriol, diosmetin, akisillarin, izoramnetin, sinarozid lavonoidləri, 0,1% aşı və acımtıl maddələr, alkaloid, üzvi turşular, 8 mq% askorbin turşusu, 2,3 mq% karotin və s. aşkar edilmişdir. Bundan başqa çiçəklərinin tərkibindən 7,03% kül maddəsi, mq/q olmaqla Mt 32,50-K, 6,50-Ca, 80-Mg, 0,10-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 0,22-Mn, 0,55-Si, 0,71-Zn, 0,01-Co, 88,00-Mo, 0,02-Cr, 0,02-I, 8,50-Se, 0,51-Ni, 0,02-Sr, 0,01-Pb, 68,80-V mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Dağtərxununun çiçəklərindən hazırlanan preparatlardan qurdqovucu, əsəb sakitləşdirici, isteriya, epilepsiya, revmatizm, aybaşı pozuntularında və s. işlədilir. Dağtərxununun efir yağından hazırlanan emulsiyalarından 0,04–0,1 qramından və yaxud damcısından askarid və digər parazit qurdlarının tökülməsində istifadə olunur. Dozadan artıq qəbul etdikdə zəhərlənmələr verir. Bitkinin tozundan və cövhərindən qaraciyər hepatitində, angioxolik və

bağirsaq xəstəliklərində işlədilir. Heyvanlar üzərində aparılan təcrübələrə əsasən məlum olmuşdur ki, dağtərxununun çiçəklərindən hazırlanan cövhər ürək döyüntülərinin amplitudunu artırır, döyüntüləri azaldır, qan təzyiqini normallaşdırır, öd ifrazını artırır. Bununla yanaşı mədə-bağirsaq sistemini nizamlayır və şirə ifrazatına qabiliyyətini artırır. Məşhur rus ginekoloqu V.F.Demiç 1889-cü ildə qeyd edir ki, dağtərxunundan qurd əleyhinə istifadə etməklə yanaşı, aybaşının nizamına salınmasında, sarılıqda və mədə-bağirsaq xəstəliklərində də istifadə oluna bilər. Tibbi praktikada dağtərxununun cövhərindən qaraciyər və bağirsaq xəstəliklərində öd ifrazının və sekresiya vəzilərinin fəaliyyətinin gücləndirilməsində tətbiq edilir. M.A.Nosal və L.M.Nosal 1959-cü ildə qeyd edirdilər ki, bitkinin efir yağından düzəldilmiş cövhərindən sidikqovucu vasitə və eləcə də həşarat əleyhinə istifadə oluna bilər. Müəlliflər göstərir ki, dağtərxununun çiçəklərindən 20 q götürüb 1 litr suya töküb əldə edilən dəmləməsindən xalq təbabətində mədə sancmalarında, ishalda, qızdırmanın aşağı salınmasında, həzm sisteminin yaxşılaşdırılmasında işlədilir. Q.N.Kovolova 1971-ci ildə qeyd edir ki, dağtərxununun yuxarı hissəsini çiçəkləri ilə birlikdə kəşib götürür, ondan cövhər hazırlayıb zəif dozəsindən soyuqdəymədə, öd ifrazatının artırılmasında, mədə turşuluğunun aşağı salınmasında, böyrək, sidik və öd kisəsi xəstəliklərində işlətdikdə gözəl nəticələr verir. Sibir əhalisi isə bitkinin yarpaq və çiçəklərindən hazırladıqları cövhər və dəmləmələrlə baş ağrıları, podaqranı, revmatizm, sarılıq, epilepsiyanı və s. müalicəsində istifadə edirlər. V.L.Zavarjnov 1977-ci ildə qeyd edirdi ki, dağtərxunu ilə çətin sağalan yaraları, ən çox isə labioz və s. parazitlərin təsiri nəticəsində bağirsaqların kataral iltihabı, öd kisəsi iltihablarının, mədə və onikibarmaq bağirsaq xəstəliklərinin ginekoloji təcrübələrdə, şiş və çibanların yuyulmasında istifadə edilir. M.A.Qarbares 1982-ci ildə göstərirdi ki, qurd (invaziya) xəstəliklərindən başqa dağtərxunu ilə mədə-bağirsaq sisteminin (axilis qastiritdə, mədə və bağirsaq yaralarının, eləcə də bağirsaq soyuqdəymələrinin) hepatit, sarılıq, irinli yaraların, dəri qaşınmalarının, arı sancmalarının, podaqra və artiritin müalicəsində işlədilir. N.K.Fruentov 1972-ci ildə yazdığı əsərində qeyd edir ki, Tomski Tibb İnstitutunun əməkdaşlarının apardıqları tibbi təcrübələrin nəticəsində məlum olmuşdur ki, dağtərxunundan alınan preparatlar gözəl ödqovucüdür.

Dağtərxununun qurdqovucu xüsusiyyətləri onun yayıldığı sahələrdən, toplanan dövründən, qurudulma şəraitindən və eləcə də tərkibindəki efir yağının keyfiyyətindən asılıdır.

Dağtərxunundan müalicəvi preparatların hazırlanması və istifadə edilməsi.

Qaraciyər hepatitində. 5 xörək qaşığı doğranmış qurudulmuş çiçəyin-dən götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb qaynama dərəcəsinə çatdırın. Bir saat

dəmlədikdən sonra süzüb gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış yarım stəkan qəbul edin. Müalicə müddəti 7–10 gündür.

Əsəb pozuntularında, xolesistitdə, soyuqdayma və vərəm xəstəliklərində. 1 xörək qaşığı quru çiçəyindən götürüb termosla töküüb üzərinə 0,5 litr qaynar su əlavə edin və gecədən səhərə qədər dəmləyin. Sonra süzüb gündə 2–3 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/4-i qədər qəbul edin.

Baş ağrılarında, həmçinin damar sancmalarında. 2 q quru çiçəyi 200 ml qaynar suya töküüb 1 dəqiqə qaynadın. Yarım saat dəmlədikdən sonra süzüb, gün ərzində stəkanın 1/4-i qədər 2–3 dəfə qəbul edin.

Vaxtından qabaq baş verən klimaksda. Yarım çay qaşığı quru çiçək-dən götürüb 200 ml qaynar suya töküüb 1 dəqiqə qaynadın, sonra 30 dəqiqə dəmləyib, süzün və bütün günü 4–5 dəfə qəbul edin.

Askarid və digər parazit qurdlarının tökülməsində. 20 q quru çiçəyindən götürüb 200 ml qaynar süya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirin. 2 saat dəmlədikdən sonra süzüb, 1 xörək qaşığı gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin. Eyni vaxta dağtərxunu çiçəyi ilə yovşan otundan götürüb qarışdırın və qaynama dərəcəsinə gətirin. Sonra dəmləmənin üzərinə 1 sarımsaq əzib əlavə edin, 3 saat saxladıqdan sonra süzüb məhluldan 30–60 ml götürüb yatmadan qabaq düz bağırsaqdan imalə edin. Əməliyyatı qurtardıqdan sonra 30 dəqiqə uzanmaq məsləhət görürlür. Müalicə kursunu 5–7 dəfə təkrar etmək məsləhətdir.

Qovağın təmizlənməsi və tükün tökülməməsi üçün. 1 xörək qaşığı quru çiçəyindən götürüb 200 ml qaynar suya töküüb, 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb həmin dəmləmə ilə başınızı həftədə 3 dəfə yuyun. Bu əməliyyatı 10–12 dəfə təkrar etmək məsləhətdir.

Diqqət! Dağtərxunundan hamilə qadınların və kiçik yaşlı uşaqların qəbul etməsi məsləhət görülmür. Dağtərxununun qurudulmuş yarpaq və çiçəklərindən az miqdarda konserv, qənnadı məhsullarının, likörlərin xoş ətirli olmasında istifadə olunur. Bunun cavan zoğlarından, yarpaq və çiçəklərindən çay qaşığının 1/4-i qədər götürüb ət, toyuq və balıqdan hazırlanan xörəklərin tərkibinə ədviyyat kimi istifadə edirlər. Dağtərxunu çox vaxt darçın, muskat qozu və zəncəfil övəzi kimi yeyinti sənayesində istifadə olunur.

Yovşan — *Artemisia*

Allah ağacı — bu yovşan cinsinə aid olan növlərdən biri olub qiymətli müalicəvi təsirə malik çoxillik ot bitkisidir. Bu qəribə bitki xarici görünüşünə görə kiçik sərv ağacını xatırladır. Bunun gümüşü-bozuntul, ağ tüklərlə əhatə olunmuş yarpaqları vardır. Bu əfsanəvi adı yovşana «cənnət bağında» yetişdiyinə görə vermişlər. Allah ağacı acı yovşana oxşayır. Lakin acı yovşanın hündürlüyü 1–150 sm-dir. Acı yovşana oxşayan «Allah ağacı» ən çətin,

əlçatmaz yerlərdə, əkinə yararlı olmayan torpaq sahələrində, çay və yol kənarlarında yayılmışdır. Müalicə məqsədləri üçün bitkinin yuxarı üst hissəsindən istifadə edilir.

Hələ çox qədim dövrlərdə bitkinin yarpaqlarından alınan preparatların köməyi ilə bir çox xəstəliklərin, o cümlədən zökəmin, sarılığın, kökündən hazırlanan preparatların köməyi ilə isə epilepsiyanın, vəremli meningitin müalicəsində geniş istifadə edilmişdir.

«Allah ağacı»ndan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Mədə turşuluğunun aşığı düşməsi, öd vəzi və öd yolları xəstəlikləri zamanı. 2 xörək qaşığı təzə doğranmış otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 1 saat saxladıqdan sonra süzün. Gündə 3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Revmatizm zamanı. 4 xörək qaşığı təzə doğranmış otundan götürüb 1 litr qaynar suya töküüb 2 saat saxlayıb süzün. Gündə 3 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Zökəm zamanı. 2 xörək qaşığı təzə yarpaqlarından götürüb 0,5 litr suya töküüb 2 saat saxlayıb süzün. Aldığınız demləmədən gündə 5–6 dəfə boğaz nahiyəsini qarqara edin.

Sümüük soyuqdaymələri zamanı. 2 xörək qaşığı təzə doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan arəğın üzərində töküüb 1 həftə saxlayıb süzün. Sonra təmiz pambığa hopdurub ağrıyan nahiyəyə sürtün.

Saxta vuran zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb, 4 xörək qaşığı əridilmiş donuz yağı ilə qarışdırın və mazdan götürüb ağrıyan nahiyəyə gündə 1–2 dəfə sürtün.

Çibanın tez yetişib sağaldılması zamanı. 2 xörək qaşığı təzə doğranmış yarpağını qaynar suya töküüb pörtlədin və çıxarıb soyudun. Sonra kütlədən çibanın üzərinə qoyub sarğı ilə sarıyın. Sarğını hər gün təzələyin.

Döşgəlmə (mastit) zamanı. Təzə yarpağını qaynar suya töküüb 15 dəqiqə saxlayın. Sonra bir az soyudub döş nahiyəsinin üzərinə kompres şəklində qoyub salfetka və yaxud dəsmalla örtüb 40–50 dəqiqə saxlayın.

İrinli kəsiklər və yaraların müalicəsi zamanı. Yarpağından və hamaşçıçəyindən götürüb təmiz yuyub zədələnmiş nahiyənin üzərinə qoyub sarğı ilə bağlayın. Sarğını günaşırı təzələyin.

Ayaq tərləmələri zamanı. 100 q təzə otundan götürüb 1 litr qaynar suya töküüb zəif odun üzərinə qoyun və 5–7 dəqiqə saxladıqdan sonra götürüb yarım saat saxlayın. Sonra süzüb, üzərinə 3 litr isti sü əlavə edib qarışdırın. Hər gün axşamlar ayaqlarınızı ekstraktın içərisinə qoyub 10–15 dəqiqə vannasını qəbul edin.

Dəvədabarı — *Tussilago farfara*

Dünya florasının tərkibində 1 növü yayılmışdır. Bitkiyə «ot anası», «ögeyana», «yara otu», «torpağın şahı» və s. də deyilir. Latınca botaniki adı «*Tussilago*» iki söz birləşməsindən əmələ gəlib «qov» və «öskürək», yəni öskürəyi çıxaran (qovan) mənasını verir. Növün adı isə («*farfara*») «elə bil ki, üzərinə un səpilib» mənasını verir ki, bu da yarpağının xarici görünüşünü xarakterizə edir.

Dəvədabarı — *T. farfara* hündürlüyü 10–25 sm olan, sürünən kökümsova malik saçaqlı çoxillik ot bitkisidir. Yumşaq tükcüklərlə örtülmüş çiçək saplağı erkən yazda, yarpaq əmələ gəlməmişdən qabaq kökümsovdan inkişaf edir. Kökətrafi yarpaqlarının uzunluğu 20–25 sm olub, uzun saplaqlı dairəvi formalı, ürəkvari, üst hissəsi yaşımtil, aşağı hissəsi yumşaq keçəvari tüklərlə örtülmüşdür. Yarpaq ayasının yuxarı hissəsi hamar, «ögeyana» kimi soyuq, yumşaq tüklə örtülmüş alt hissəsi «ana» kimi istidir. Xırda yarpaqlarla sıx əhatə olunan, gödək çiçək gətirən gövdəsi var. Qızılı-sarı rəngli və borucuqvari çiçəkləri gövdəsinin zirvəsində səbət çiçək qrupunda yerləşir. Çiçək yatağı çıpaqdır, bir sıralı örtüyün qadiəsində xırda yarpaqcıqları vardır. Nəmişli və yağmurlu havada çiçəkləri örtülür və aşağı salınır. Bitkidə çiçəkaçma prosesi başa çatdıqdan sonra kökətrafi yarpağı inkişaf etməyə başlayır. Mart–aprel aylarında çiçək açır, meyvələri may–iyunda yetişir. Samur–Dəvəçi ovalığında Naxçıvan MR-də daxili olmaqla Böyük və Kiçik Qafqaz ərazilərində axan çay və arxların kənarlarında geniş yayılmışdır. Bundan əlavə uçulmuş, köhnəlmiş kanalların ətraflarında, yamaclarda, dəmir yolu kənarlarında da ona rast gəlmək olar.

Dəvədabarı ən tez çiçək açan çiçəklər qrupuna daxildir. Elə ki, çayların ətrafında qar əriməyə başlayır, həmin vaxtdan da qızılı-sarı rəngli çiçəklər ətrafa xoş ətir yaymağa başlayır. Təbiət sanki sarı kələğayıya bürünmüş «gəlin»i xatırladır, füsunkar gözəlliyə tamaşa edən insanlara xoş əhvali-ruhiyyə, sevinc bəxş edir.

Çiçək səbətindən faradiol — $C_{30}H_{50}O_2$, arnidol — $C_{30}H_{50}O_2$, taraksintin — $C_{40}H_{56}O_4$, siqmasterin — $C_{29}H_{48}O$, n-heptakozan — $C_{27}H_{56}$ aşı maddələri, rutin, hiperozid flavonoidləri, efir yağı, 2,63% tuesillagin qlikozidi, 6–7% selikli maddə, polisaxaroidlər, insulin və dekstrin, qall, alma və çaxır turşuları, 5,18 mq% karotinoid, C vitamini və s. tapılmışdır.

Yarpaqlarından, həmçinin 10,20% kül maddəsi, mq/q-la 37,70-K, 10,90-0,78-Cu, 0,60,-Zn, 0,27-Co, 0,40-Mo, 0,03-Cr, 0,07-Al, 0,05-Ba, 0,02-V, 25,00-Se, 0,21-Ni, 0,01-Sr, 0,24-Pb, 8,00-Ag, 0,09-I, 107,10-Br, 40,00-B makro və mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Bitkinin müalicəvi xüsusiyyətləri qədim romalılara məlum idi. Dioskorid və Pliniy onun yarpaqlarından alınan cövhərdən və yaxud tüstüsündən öskürəyə qarşı, Hippokrat isə bəlgəmgətirici vasitə kimi istifadə etmişlər.

Elmi təbabətdə dövədanının qurudulmuş yarpaqlarından çay kimi dəmləyib soyuqdəymələrdən baş verən tənəffüs yolları xəstəliklərində sinə yumşaldıcı və bəlgəmgətirici, xüsusən də bronxitdə və ağ ciyər xəstəliklərində iltihabi aradanqaldırıcı dərman kimi qəbul edilir. Tər yarpaqlarından alınmış ekstraktan şiddətli öskürək zamanı gündə 4–6 dəfə xörək qaşığı qəbul edirlər. Ondan bəlgəmgətirici, tərlədici, mikrob əleyhinə, yumşaldıcı, ağ ciyər xəstəliklərində, bronxitdə, astmada, qanqrenada, mədə, böyrək, qara ciyər, sidik kisəsi və s. xəstəliklərin müalicəsində geniş istifadə edilir.

Xalq təbabətində qurudulmuş yarpaqlarını yandırıb tüstüsündən boru vasitəsi ilə quru öskürəyə və ya astmaya tutulmuş xəstələr inqalyasiya edirlər. Yarpaq və çiçəklərdən çay kimi dəmləyib soyuqdəymələrdə tərlədici kimi, sarılıqda, mədə xəstəliklərində, bağırsaqların selikli qişasının iltihabında, böyrək və sidik kisəsində əmələ gələn iltihaba qarşı içirlər.

Kosmetika sahəsində də geniş tətbiq edilir. Təzə yarpaqlarından hazırlanmış şirədən dəridə əmələ gələn çətin sağalan yaraların, şişlərin, qızartıların, müalicəsində işlədilir. Yarpaqların sıyığını qabar və döyənəyin üzərinə qoyurlar. Yarpağına gicitkəni 1:1 nisbətində qarışdırıb, alman cövhərlə saç yuyaraq dibini bərkidir və qovağı təmizləyirlər. Bundan başqa, ögeyanadan hazırlanan preparatlarla soyuqdəymə, bəlgəmgətirici, yumşaldıcı, tərqovucu və ödqovucu vasitə kimi istifadə olunur. Bu cür cövhərlə həftədə üç dəfə başı yumağı məsləhət görürlər.

Yarpaqlarını qurudub toz halına salır; müalicə məqsədilə irinli və sulu yaraların üzərinə səpirlər.

Bir çox xarici ölkələrdə, məsələn, Bolqarıstan, Polşa və Almaniyada yarpağından sarğı kimi dəridə baş verən irinli yaraların, vena xəstəliklərində, şişlərin üzərinə qoyub sağaldırlar. Fransada vannasını hazırlayıb dəri xəstəliklərinə tutulmuş xəstəni çimdirlər.

Bir sıra qərb ölkələrində «ögeyananın» çiçək və yarpaqlarından ədviyyat kimi şorba və ət xörəklərinin tərkibinə qatırlar. Çiçəkləri isə ət xörəklərinə qızılı sarı rəng vermək üçün əlavə edilir.

Dərman və kosmetika sahəsində istifadə etmək üçün yayın birinci yarısında yarpaqlarını əl ilə toplayıb açıq havada, talvar altında, ya da quruducuda qurudurlar.

Axşam soyuqlarında yol kənarlarında, yaşıl otluqlar arasından, parlaq-sarı rəgli «ögeyana» başını qaldırmağa başlayır.

Bitki öz müalicəvi xüsusiyyətləri ilə seçilir. Onu insanlar xüsusilə də dindarlar dini ayinlər zamanı döşlərində, boyunlarında gəzdirlər. Müalicə məqsədləri üçün çiçək və yarpaqlarından istifadə edilir. Çiçəklərini yazın

əvvəllərində toplayır, yarpaqlarını isə iyun ayında tedarük edirlər. Toplanmış xammalı meh dəyən, kölgəli yerlərə sərib qurudur, şüşə qablara və yaxud kağız paketlərə doldurub quru havalı otaqlarda saxlayırlar.

Bronxit, pnevmaniya, həmçinin irinli yaraların, çiban və səpgilərin müalicəsində. 1 xörək qaşığı quru çiçəklərindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, yarım saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 3–4 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış 2 xörək qaşığı qəbul edin.

Mədə və bağırsaq soyuqdaşmalarında. 2 xörək qaşığı təzə çiçəyindən götürüb 0,5 litr qaynadılmış suya töküb bir saat dəmlədikdən sonra süzün. Gündə 4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin.

Ağ ciyər vərəmində. Təzə çiçək yarpaqlarından götürüb yarım litrlik şüşə bankaya lay-lay qoyun, üzərinə şəkər tozu səpib, bir həftə qaranlıq yedə saxlayın. Cövhəri alınan zaman üzərinə 250 q bal qatın, ehtiyatla qarışdırıb gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Yara, mədə yarasında, səpgi və çibanların müalicəsində. Doğranmış təzə yarpaqları xəstə nahiyəyə qoyub üzərini sarğı ilə bağlayın. Əməliyyatı günəşin təkrar edin. Prosesi yara sağalana qədər davam etdirin.

Tükün tökülməsində və qovağın təmizlənməsində. 1 xörək qaşığı gicitkən və «ögeyana» çiçəyindən götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün, yarım saat dəmlədikdən sonra gündə 1–2 dəfə bu ekstraktla saçın dibini silin.

Tromboflebitin müalicəsində. 3 xörək qaşığı çiçək və yarpaqlarından götürüb, yarım saat dəmlədikdən sonra süzün, alınmış ekstraktla tənzifi isladıb xəstə vena damarını 30–40 dəqiqədən bir kompres edin.

Dərinin qızıl yel xəstəliyində. Çiçək və yarpaqlarını ovub toz halına salın, xəstə nahiyənin üzərinə səpin.

Gülumbahar — *Calendula officinalis*

Dünya florasının tərkibində 20–30-a qədər növünə rast gəlmək olar.

Bu növlər ilk dəfə öz başlanğıclarını Kanar adalarından götürüb, Çin ərazilərinə qədər yayılmışdır. Azərbaycan ərazisinə gülumbahar növlərinin toxumları XIII əsrdə Orta Aralıq dənizi ölkələrindən əsən küləklər vasitəsi ilə gəlib çıxmışdır. Gülumbahar cinsinin Qafqazda, o cümlədən Azərbaycanda 3 növü yayılmışdır. Bu növlərdən ikisi yabanı, bir növü isə mədənidir. Gülumbahar torpağa az tələbkar olmaqla, az qulluq tələb edən bitkilərdən olub bütün ili çiçək açır. *Calendula*-in latınca mənası hər ayın birinci gününü bildirir. Qədim Roma xalqı gülumbaharı «hər ayın birinci günü» adlandırmışlar. Botaniklər qədim Romada gülumbaharın 12 sortunu əkiləb və bu sortları elə seçiblər ki, hər biri başlanan ayın birinci günü çiçək açmış. Əvvəllər insanlar gülumbahardan öz mətbəxlərində xörəklərə zövq oxşayan

qızılı sarı rəng və xoş tam vermək üçün ədviyyat kimi istifadə etmişlər. Az sonra gülümbahar ilə həkimlər maraqlanmağa başlamışlar. İnsanları ən çox *Calendula officinalis* maraqlandırmışdır. Calendulanı bir çox xalqlar toxumunun qurluşuna görə «pişik cırnağ» adlandırmışlar. Doğurdan da gülümbaharın toxumları pişik cıynağına oxşayır. Gülümbaharın çiçəklərinin rəngi nə qədər çox parlaq olarsa, onun tərkibindəki müalicəvi təsirlərə malik maddələrin miqdarı bir o qədər çox olacaqdır. Bitkiyə xoş ətirli iy verən tərkibindəki efir və qatran maddələridir. Gülümbaharın çiçəklərini əl ilə toplayan zaman bir neçə dəqiqədən sonra barmaqlarınızın üzəri ətirli ətəoxşar təbəqə ilə örtüldüyünün şahidi olacaqsınız. Gülümbahardan hazırlanan cövhər dezinfeksiyaedici xüsusiyyətlərə malik olub yaraların tez sağalmasına təsir edir, mazundan isə dəridə əmələ gələn çiban, çivzə, səpgilərin, ekzemaların və s. müalicəsində sürkü kimi istifadə edilir. Çiçəklərini qurudub narın toz halına salıb «zəfəran» əvəzi kimi kulinariyada istifadə edirlər.

Gülümbahar birillik, nadir hallarda isə çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi 20–25, bəzən də 75 sm hündürlüyündə saçaqlı budaqlanan, qabırğalı olub, tüklərlə örtülmüşdür. Yarpaqları növbəli, uzunluğu 13 sm olub, aşağı yarpaqları saplaqlı, uzunsov-tərsinə yumurtavari, yuxarıdakılar oturmaq şəklində uzunsov-lansetvaridir. Çiçəkləri iri, gövdənin yuxarı hissəsində tək-tək yerləşən parlaq sarı narıncı və yaxud narıncı-qırmızı rəngli səbətdə toplaşmışdır. Bitki mart–aprel–may aylarından başlayıb, payızın son ayına qədər çiçəkləyir. İyulda meyvə verir. Gülümbahar cinsinin dünyada yabani halda 20 növü yayılmışdır. Bunlara ən çox Orta Aralıq dənizi ətrafındakı ölkələrdə və İranda rast gəlinir. Mədəni halda becəriləni isə dərman gülümbaharıdır. Onu bütün Avropa ölkələrində, ABŞ-da və s. qiymətli dərman və bəzək bitkisi kimi geniş surətdə əkib-becərilir. Ukraynada ən yaxşı dərman və bəzək bitkisi sayılır.

Respublikamızda gülümbahar çoxdandır ki, yalnız bəzək bitkisi kimi becərilir. Onu Azərbaycanın hər yerində xüsusən, rayon mərkəzlərində, bağlarda, bağçalarda, həyətlərdə əkirlər.

Gülümbahar bitkisi çox qiymətli dərman, boyaq və bəzək bitkisidir. Çiçəklərinin tərkibindən karotin— $C_{40}H_{56}$, likopin— $C_{40}H_{56}O_4$, rubiksantin— $C_{40}H_{56}$, violaksantin— $C_{40}H_{56}O_4$, rubiksantin— $C_{40}H_{56}O$, neolikopin A, sikroksantin— $C_{40}H_{56}O$, flavoxrom— $C_{40}H_{56}O$, flavoksantin— $C_{40}H_{56}O_3$, xrizantemonsin, sitraksantin, və s. maddələr tapılmışdır. Çiçəkdə karotinoidlərin ümumi miqdarı 3%-ə qədər olur. Bundan əlavə çiçəklərinin tərkibindən izoramnetin, rutin, izoramnetin-3, qlükozid, kversetin-3, D-qlükozid, narsissin, flavonoidləri, 0,02% efir yağı, 3,4% qatran, 4% selik, albumin, 6,8% alma turşusu, pentadtelsin— $C_{15}H_{30}O_2$, kalendulozid, A, B, C, D, D₂, və F₁S vitaminləri, alkaloid, izi və s. tapılmışdır. Ot hissəsinin tərkibindən isə kalenden— $C_{23}H_{38}O_7$, aşı maddəsi, arindol, farodiol triterpenləri, toxumundan

isə piyli yağ maddəsi və s. aşkar edilmişdir. Bundan əlavə çiçəklərinin tərkibindən 8,01% kül maddəsi, mq/q 29,80-K, 11,40-Ca, 2,50-Mg, 0,15-Fe makroelementləri mkq/q 0,20-Mn, 0,86-Cu, 1,31-Zn, 0,03-Co, 1,47-Mo, 0,09-Cr, 0,05-Al, 4,20-Se, 0,25-Ni, 0,10-Sr, 0,03-Pb, 0,05-I, 48,40-B mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Gülümbahardan müalicə məqsədləri üçün ilk dəfə qədim yunanlar istifadə edərək, geccağalan, uyuşmayan yaraların, qızdırma xəstəliklərinin, ekzema və çibanların eləcə də bəd xassəli şişlərin sağalmasında istifadə etmişlər.

XIX əsrin axırları XX əsrin əvvəllərində gülümbahar bitkisi alimlərin diqqətini özünə daha çox cəlb etmişdir. Biokimyəvi alimlər onun kimyəvi tərkibini tədqiq etməyə başlamışlar.

Gülümbahar dərman bitkisi kimi xalq təbabətinə XII əsrdən məlumdur. O zamanlar ondan tərlədici, dezinfeksiyaedici, büzüsdürücü, irinləmə əleyhinə və s. məqsədlər üçün geniş istifadə olunmuşdur. İbn Sina qeyd edirdi ki, gülümbahardan hazırlanmış cövhərdən tükün tökülməsində, sinir xəstəliklərində, zəhərli həşərat sancmalarına qarşı istifadə olunmuşdur.

Gülümbahardan hazırlanan preparatlarla angina, stomatit, alveollar və s. müalicə edilir. Eyni zamanda dərmangülümbaharından hazırlanan dərmanlarla mədə və onikibarınaq bağırsağın yaralarını, qastritin, uşaqlıq və sidik qanaxmalarında, qaraciyər və öd axarı yollarının xəstəliklərində işlədilir. Bundan başqa, ondan hipertoniya xəstəliyi zamanı ürəyin ritmini tənzimləmək üçün istifadə olunur. Şiddətlənmiş xərçəng xəstəliyinin təsirini zəiflətmək üçün «KN» preparatı işlədilir. «KN» orqanizmin zəhərlənməsini azaldır, xəstədə gəyirmə, ürək bulantısı, ağrı və qeyri-halların qarşısını alır. İştah və yuxu gətirir. «KN» dərmanlarının bir hissəsini gülümbaharın çiçəyindən alınmış cövhərlər təşkil edir.

Müəyyən edilmişdir ki, gülümbaharın dərmanları mərkəzi sinir sistemini sakitləşdirir, qan təzyiqini azaldır, ürəyin döyünməsinə tənzim edir. Bu bitki çox güclü bakterosid xassəyə malik olduğundan stafilyokok və streptokoklara yaxşı təsir edir. Xalq təbabətində qurudulmuş çiçəklərdən çay dəmləyib öd yolları, ağız boşluğu, diş, boğaz ağrısı və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edirlər.

Qurudulmuş çiçəkləri əvvəlcə xırdalayır, sonra kərə yağında məlhəm hazırlayaraq, gec sağalan yaraların və eləcə də çibanın üstünə yaxırlar. Gülümbahar preparatları soyuqdəymələrdə, ödqovucu, böyrək və diatez əleyhinə də işlədilir.

Gülümbahar cövhərindən ağız boşluğu soyuqdəymələrində, diş ətindən axan qanın kəsilməsində, qabar və ziyillərin, piqment ləkələrinin müalicəsində geniş istifadə olunur.

Gülümbahar çiçəklərindən hazırlanan yaxma, krem və mazlardan dəridə əmələ gələn yaraların, qaşınma və göbələk xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə edilir. Çiçəklərindən hazırlanmış karotinli zəngin kremindən dərinin epitel toxumasının tezliklə bərpa edilməsində əvəzi olmayan vasitə kimi işlədilir. Hal-hazırda mağazalarda gülümbahar çiçəklərindən hazırlanmış müxtəlif adda losyon, şampun, krem, maz və yaxmalar satılır.

Biz isə dünyada ilk dəfə olaraq çiçəklərindən karotinlə zəngin preparat almışıq. Bu texnologiya üçün bizə «patent» verilmişdir.

Hazırda elmi təbabətdə gülümbahar çox məşhur dərman bitkisi hesab edilir. Gülümbahardan hələ qədim zamanlarda məşhur təbiblərdən Hipokrat, İbn Sina, Halen, Dioskorid, Paracels və başqaları hazırlanan preparatların çox güclü müalicəvi təsirə malik olduğunu dönə-dönə qeyd etmişdi. Bitkidən hazırlanan preparatlarla qanın təmizlənməsində, tərqovucu, öd kisəsində yığılıb qalmış qatı odun təmizlənməsində, orqanizmdə baş verən soyuq-dəymələrin aradan qaldırılmasında, irinli yaraların sağaldılmasında və sonsuzluğun aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Gülümbaharın çiçəklərindən başqa, müalicə məqsədləri üçün yarpaqlarından da istifadə edilir. Mazından isə bronxlarda bərkilərək yığılıb qalmış bəlgəmi kənar etmək üçün istifadə edilir. Toxumlarından köp zamanı, döş nahiyəsində baş verən ağrıların aradan qaldırılmasında, qızdırma və s. istifadə edilir.

Əczaçılar kliniki təcrübədə ispat etmişlər ki, gülümbahardan hazırlanan preparatlarla qaraciyərin fəaliyyətinin artırılmasında onun sekeretor və ifrazetmə funksiyasının gücləndirilməsində, bilirubinun qatılığının normalaşdırılmasında və xolestrinin qanda azalmasında istifadə etmək olar. Dəri çatlamalarında, sulu qabarıqların əmələ gəlməsinin qarşısını almaq üçün gülümbaharın 10%-li ekstraktını yağla qarşdırıb üç gün xəstə nahiyələrə sürtdükdə xoşagəlməz hallar dərhal aradan qalxır. 10 q təzə gülümbahar çiçəklərindən götürüb əzib, sıyıq halına salın və üzərinə 100 ml günəbaxan yağı əlavə edin və şəffaf şüşə qaba doldurub ağzını bağlayıb 2 həftə günəşin qabağında saxlayın. Bu cür alınmış maz uşaq əmizdirmə zamanı döş çatlamalarının müalicəsində gözəl nəticə verir.

Gülümbahardan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Piy yığımları, yaralar, dəmirov, dəridə baş verən irinli səpgilər və saxta vurmalarda. Gülümbaharın çiçəklərindən sulu məhlulda hazırlanmış qatı ekstraktından istifadə edilir.

Qatı məhlulun hazırlanması. Təzə çiçəkdən 50 q götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb axşama qədər dəmləyin. Səhər süzüb üzərinə 50 q iri duz parçası salıb tam əriyənə qədər qarşdırın. Sonra tənziyi 6–8 qat edib aldığınız ekstraktla isladıb xəstə olan nahiyəyə yaş sarğı kimi istifadə edin. Əməliyyat gündə 2 dəfə olunmalıdır. Sarğını açıqdən sonra xəstə nahiyənin üzərinə maz sürün.

Mazın hazırlanması. 10 q qaz və yaxud toyugun bərk yağından götürüb 50 q gülümbaharın spirtli cövhərinin üzərinə əlavə edib su hamamının üzərinə qoyun və spirt buxarlanıb qurtarana qədər qarışdırın. Ekstraktı gəyənətməz. Alınmış maz saxtəvurma və trofik yaraların müalicə olunmasında işlədilir.

Gülümbahar yağının hazırlanması. Şüşə bankanı götürüb içərisini gülümbahar çiçəkləri ilə doldurub 7–10 gün günəşin qabağına qoyub saxlayın. Sonra bankanın aşağı hissəsinə toplanan yağ süzüb qaranlıq soyuq yerdə saxlayın və lazım gəldikcə işlədin.

Sifətdə gənələr tərəfindən törədilən xəstəliklərin müalicəsində. 3 xörək qaşığı gülümbahar çiçəyini kofeyüdəndən keçirib, alınan tozun üzərinə 5 xörək qaşığı su töküüb sıyıq alınana qədər qarışdırın. Sonra sıyıq üzərinə yarım stəkan vələmir sıyığı əlavə edin. Alınmış kütləni yaxşı-yaxşı qarışdırın və üzərinə yenidən 1 xörək qaşığı limon şirəsi, 1 çay qaşığı bal, 1 ədəd yumurta sarısı əlavə edib eyni cinsli kütlə alınana qədər qarışdırın. Alınmış kütlədən 1 çay qaşığı götürüb 150 ml suyun içərisinə tökün və qarışdırın, sonra pambığa hopdurub sifətinizi silib-təmizləyin. Sifətinizə əlavə olaraq gavalı sıyığı yaxıb 5–10 dəqiqə saxladıqdan sonra yuyun. Müalicə kursu uzunmüddətlidir.

Aftaz stomatitdə, gingivit, pioreya, distrofiya, parodontoz, soyuqdamələrdə, tonzillitdə. 20 q gülümbahar çiçəyindən götürüb 100 q qaynar suya töküüb axşamdan səhərə qədər dəmə qoyun. Sonra süzüb ağız nahiyəsini, yaxalayın, burun nahiyəsində baş verən qüsurlarda damcısından istifadə edilir. Prosesi hər yarım saatdan bir təkrar edin. Kəskin anginada isə hər yarım saatdan bir boğaz nahiyəsini qarqara edin.

Trixinoz (trixomonad) kolitdə. Bunun üçün 1 həb trixopol, 1 çay qaşığı bal, 1 çay qaşığı soğan sıyıqından götürüb tənziyin üzərinə yaxıb, tampon şəklinə salın. Cüt günlər tampondan, tək günlər isə gülümbahar mazından istifadə edin. Yadda saxlamaq lazımdır ki, əməliyatı aparandan sonra 1 çay qaşığı gülümbaharın spirtli cövhərindən qəbul edin. Müalicə kursu 21 gündür.

Blefaritin yüngül formasının müalicəsində. Qatılmaayan göz yaşının sekresiya kanalının tutulmasının təmizlənməsində, konyuktivitdə, itdirseyində təzə gülümbahar çiçəklərindən hazırlanmış dəmləməsini gözə damızdırmaqla müalicə edirlər. Doğuştan sonra sifətdə əmələ gələn çil və piqment ləkələrini müalicə etmək üçün gündə 3 dəfə gülümbaharın yarpaq və çiçəklərindən alınan şirədən istifadə edin.

Qastrit, onikibarmaq bağırsağ yaralarının, entrokolitin, qaraciyər və ödyolları xəstəliklərinin müalicəsində. Gülümbahar, çobanyastığı və boy-madərəni bitkilərini bir-biriləri ilə qarışdırın. Qarışdırdıqdan sonra 2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb axşama qədər dəmləyin. Alınmış cövhərdən gündə 3 dəfə, stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin. Müa-

licəni 40 gün davam etdirin. 14 gün istirahət verdikdən sonra, daha 40 gün müalicəni davam etdirin.

Ürək-damar xəstəliyində. Ürək döyünmələrində, təngnəfəslikdə, şişmələrdə gülümbahar, xoruzgülü və pişikotunun qarışığından istifadə olunması məsləhət görürlür. Bunun üçün 1 xorək qaşığı qarışıqdan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 8–10 saat dəmləyin. Sonra süzüb 3 saat ara verməklə 1 xörək qaşığı daxilə qəbul edin.

Kəskin ürək bulanmalarında və qusma zamanı (hamiləlikdə toksikoz zamanı). Bunun üçün eyni miqdarda gülümbahar çiçəyi ilə quşəppəyi qarışığından 1 xorək qaşığı götürüb bir stəkan qaynar suya tökün və bütün gecəni dəmlədikdən sonra gündə 3 dəfə bir xörək qaşığı yeməyə yarım saat qalmış daxilə qəbul edin.

Mədə soyuqdəymələrində. Mədəaltı vəzinin, dalağın fibroz dəyişilmələrində gülümbahar, dəmirovotu, zəncirotu, daziotundan götürüb bir-biri ilə eyni miqdarda qarışdırın. 2 xorək qaşığı götürüb 0,5 stəkan qaynar suya töküüb səhərə qədər dəmləyin. Sonra 3 dəfə yemək qabağı stəkanın 3/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Kəskin qarın köpmələrində. Bunun üçün 1 xorək qaşığı gülümbahar, pişikotu kökü və şüyüd qarışığından götürüb 1 stəkan qaynar suda dəmləyib süzün. Gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Gülümbahardan hazırlanmış «Kaferit» preparatı ilə qanazlığı xəstəliklərini, «Kaleflon» preparatı ilə isə mədə və bağırsağ soyuqdəymələrinin müalicəsində istifadə edirlər.

Dismenoreyya, klimakteriya, yuxusuzluğun, hipertoniyanın başlanğıc dövründə. Gülümbahar çiçəyindən 1:10 nisbətində götürüb 70%-li spirtdə cövhərini hazırlayıb 21 gün qaranlıq yerdə saxlayın. Gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 15–20 damcı 30 ml suya töküüb qəbul edin.

Qanı axan yaraların müalicəsi üçün. Gülümbahardan hazırlanmış mayeni tənziyə hopdurub yaranın üzərinə qoyun.

Qaraciyər sirrozunda. 40 q gülümbahar çiçəyi, 40 q dazotu, 20 q çovdar mahmızı, 30 q yolotu, 40 qr solmazçiçək, 10 q çobanyastığı qarışığından 3 xörək qaşığı götürüb bir stəkan qaynadılmış soyuq suyun üzərinə töküüb 10–12 saat saxlayın. 5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra süzün.

Dalaq şişmələrində. Gülümbahar və boymadərən çiçəyinin qarışığından götürüb qarışdırın. Alınmış qarışıqdan 3 xörək qaşığı 3 stəkan qaynar suya töküüb dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 1 stəkan yeməkdən qabaq qəbul edin.

Xənazir və raxit xəstəliklərdə. 3 xorək qaşığı gülümbahar çiçəyindən götürüb 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, uzun müddət stəkanın yarısı qədər gündə 3 dəfə qəbul edin.

Kəskin xroniki farinqitin, kataralitik anginanın, stomatitin, gingivit və paradontozun müalicəsində. 3 xörək qaşığı doğranmış gülümbahar çiçəyindən götürüb bir stəkan suya tökün və su hamamına qoyub 15 dəqiqə qaynadıb 45 dəqiqə dəmləyib süzün. Sonra stəkana su əlavə edib övvəlki həcminə gətirin. Ekstraktdan gündə 2–3 dəfə 1–2 xörək qaşığı qəbul edin.

Kəskin uşaqlıq yaralarının eroziyası zamanı. Yuxarıda göstərdiyimiz üsulla ekstraktı hazırlayıb 1 litr isti suyun üzərinə töküüb zədələnmiş nahiyəni gündə 1–2 dəfə yuyun.

Baş gicəllənmələri zamanı. 3 xörək qaşığı gülümbahar çiçəklərindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 45 dəqiqə dəmləyib, süzün. Ekstraktdan gündə 1–3 xörək qaşığı qəbul edin.

Uşaqlarda baş verən raxitin müalicəsində. 3 xörək qaşığı gülümbahardan götürüb, 2 xörək qaşığı boymadərən çiçəkləri ilə qarışdırıb 0,5 litr qaynar suya töküüb 10 dəqiqə dəmləyib, süzün. Bu ekstraktdan tez-tez uşağa çay kimi içirdin.

Gülümbahardan qida məhsullarının hazırlanması.

Gülümbaharın çiçəklərindən dünyanın ən məşhur ədviyyatı hesab edilən zəfəranın əvəzedicisi kimi istifadə edilir. Belə ki, narıncı-qırmızıya çalan gülümbaharın çiçəklərini dərib qurudur, narın poroşoq halına salıb zəfəranın tərkibinə qataraq onun həcmimini artırıb satırlar. Müasir dietoloqlar hesab edirlər ki, zəfəranı tamamilə gülümbahar ilə əvəz etmək olar. Gülümbahar plova yalnız parlaq sarı rəng vermir, həmçinin də tərkibini müalicəvi bioloji aktiv maddələrlə zənginləşdirir. Gülümbahar çiçəklərindən ekoloji cəhətdən təmiz təbii boyaq kimi istifadə edən zaman onu yağla və yaxud südlə qarışdırıb azca qızdırıb istifadə edin. Tozunu (çiçəyinin) südlə qarışdırıb 15–20 dəqiqə qaynatdıqdan sonra istifadə edin. Süddə aldığımız sarı-zəfəranlı məhlulu un ilə qarışdırıb aldığımız xəmirədən sarı-zəfəranı kökə, tapı, qoğal, kətə və s. hazırlaya bilərsiniz. Gülümbahardan aldığımız pasta formalı sarı-qırmızı rəngli boyaq ilə müxtəlif xörəkləri, yağı, pendiri, tortu, dondurmanı və s. gözoxşayan rənglərə boyaya bilərsiniz. Alınmış təbii boyaq pastasından ətiyat, kosmetika, tibb və əczaçılıq sənayesində də istifadə etmək olar.

Qoyun pendiri ilə buterbrod pastasının hazırlanması. 50 q qoyun pendiri, 50 q kərə yağı, 2 xörək qaşığı təzə gülümbahar ləçəkləri, qaraqımıq tozu götürün. Qoyun pendirini əzib qaraqımıq tozu ilə qarışdırın. Gülümbaharı isə əzib, az miqdarda yağla qarışdırın. Aldığınız pastanı yaxşı olar ki, qara çörəyə yaxıb istifadə edəsiniz.

Şəkərli rahathulqumun hazırlanması. 500 q un, 200 q kərə yağı, 200q şəkər tozu, yumurta sarısı, spirtli içkilər: konyak, araq və yaxud romdan 50 ml, 2 çay qaşığı gülümbahar tozu götürün. Kərə yağını gülümbahar tozu ilə yaxşı-yaxşı qarışdırın. Sonra yumurta sarısının üzərinə

şəkər tozu tökə-tökə qarışdırın, aldığınız kütləni gülümbahar tozu qarışdırılmış kərə yağı ilə qarışdırıb, sonra üzərinə spirtli içkini, unu ehtiyatla əlavə edib yenidən qarışdırmanı davam etdirin. Aldığınız xəmirəbənzər kütləni soyuducuya qoyub 5–7 gün saxlayın. Xəmiri soyuducudan götürüb iriliyi 2,5–3 sm olan şar formaları düzəldin, onları yastı hala (qoğal formasına) salın. Sonra üzərlərinə azca un səpib zəif yanan qaz üzərinə qayub 5–7 dəqiqə saxlayın və götürüb süfrəyə verin.

Gülümbahardan tərəvəz salatının hazırlaması. 100 q təzə xiyar, 50 q yaşıl soğan, 50 q gülümbahar çiçəyi, bir neçə budaq şüyüd, suda bişirilmiş yumurta, zövqünüzə görə duz götürün.

Xiyarın qabığını soyub, xırda hissələrə salın. Soğanı və gülümbaharı yuyub qaynadın. Sonra üzərinə smetan, zövqünüzə görə şüyüd və duz əlavə edin. Salatın üzərini bişirilmiş, dairəvi şəkllə salınmış yumurta ilə bəzəyib süfrəyə verin.

Bozumtul sarı kosmos — *Cosmos sulphureus*

Kosmos cinsinin dünya florasının tərkibində 20-yə qədər növünə rast gəlmək olar. Bitkinin vətəni Amerika qitəsinin tropik əraziləri hesab edilir. Kosmosun növləri birillik və çoxillik ot bitkiləridir.

Bozumtul sarı kosmos — *Cosmos sulphureus* — bu birillik ot bitkisi olub 60–100 (250) sm hündürlüyündə olan gövdəsi budaqlanandır. Yarpaqları qarşı-qarşıya düzülən iki və yaxud üçərləkvari budaqlanandır. Hamaş-çiçəkləri sarı, sarı-narıncı, quruyanda narıncı-qırmızıya çalan olub, 8 lələkdən ibarətdir. Bitki işıqsevən, torpağa qarşı tələbkar olmayıb, soyuğa qarşı davamsızdır. Əsasən bəzək bitkisi kimi bağ-bağçaların, yol kənarlarının, ofislərin, həyətyanı sahələrin, xiyabanların bəzədilməsində istifadə edilir. Ləçəklərinin tərkibində karotinoid, flavonoid, C vitamini, şəkər, pektin və s. maddələr aşkar edilmişdir. Bitkinin çiçəklərindən alınan tərkibi karotinoid və flavonoidlərlə zəngin olan, ekoloji cəhətdən təmiz təbii boyaq pastasını kərə yağına, pendir, spirtsiz içkilərə, dondurma məhsullarına, müxtəlif xörəklərin tərkibinə qatıb istifadə etmək olar. Kosmosun çiçəklərindən alınan təbii boyaq maddəsindən müxtəlif plov növlərini, pitini, tortları, gözoxşayan sarı, zəfəranı-sarı rəngə boyamaq olar. Bu rəng pastasından tibb sahəsində yaraların, dəridə baş verən bir çox xoşagəlməz xəstəliklərin müalicəsində işlətmək olar. Bitki asanlıqla əkilib-becərilir.

Adi çaqqalqanqah — *Onopordum acanthium*

Dünya florasının tərkibində *Onopordum* cinsinin 25-ə qədər növü yayılmışdır. Cinsin növlərinə ən çox Avropa, Qərbi Asiya və Şimali Afrika

ərazilərində təsadüf edilir. Çaqqalqanqalının Qafqazda 4, o cümlədən Azərbaycanı florasında rast gəlinən *O.acanthium* növü qida və müalicəvi əhəmiyyətli bitki hesab edilir. Bir sıra xalqların təbabətində bu bitki ilə xoşagəlməz xəstəlikləri müalicə edirlər.

Adi çaqqalqanqalı — *Onopordum acanthium* kəskin tikanlarla əhatə olunan 150–500 sm hündürlüyündə olan ikiillik ot bitkisidir. Bunun nektarla zəngin olan ətirli qırmızı-moruğu rəngli çiçəkləri bal arılarını uzaqdan özünə cəlb edir. Yarpaqları uzunsov olub kənarları tikanlarla əhatə olunmuşdur.

Sanki şar formasında olub 2–4 sm enindədir. Çiçək tacı tünd-qırmızı rəngdədir. Bitki may–iyun aylarında çiçək açır, iyul–avqust aylarında meyvə verir.

Adi çaqqalqanqalı Azərbaycanın demək olar ki, hər yerində yayılmışdır. Buna düzənlik sahələrdən tutmuş orta dağ qurşaqlarına qədər rast gəlmək olar. Bitkiyə ən çox əkin sahələrində bağ, bostan və zibilliklərdə, çay kənarlarında, meşə və kolluqlarda rast gəlmək olar.

Xalq arasında bitkinin kök, cavan gövdəsindən, çiçək yatağından, yarpaq saplaqlarından qabığını təmizləyib qida kimi istifadə edirlər. Xarici görünüşünə görə çaqqalqanqalı adi qanqalı xatırladır. Lakin qanqaldan fərqli olaraq o hər tərəfdən tikanlarla əhatə olunmuşdur. Bunu nəzərə alaraq çaqqal qanqalı ilə bağ və bağçaların ətraflarını onunla çəpərləyirlər. Çaqqal qanqalından hələ çox qədim dövrlərdə xalq təbabətində mikrob əleyhinə, yarasagəldici, qankəsici, sidikqovucu məqsədlər üçün istifadə edirdilər.

Müalicə məqsədləri üçün çiçək açan zaman bitkinin yuxarı hissəsini kəsin götürür, tikanlardan təmizləyib dəstə-dəstə edib, kölgəli yerdə qurudurlar.

Çaqqalqanqalından müalicə preparatlarının hazırlanması.

Soyuqdəymə, öskürək, bronxiyal astma zamanı. 3 xörək qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb termosə töküb üzərinə 0,5 litr qaynar su əlavə edin, 2–3 saat saxlayıb süzün. Gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Sistit, uretrit, sidikqovucu vasitə kimi, həmçinin müxtəlif formalı şişlərin cərrahi yolla aradan qaldırılmasından sonra. 3 xörək qaşığı otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb, zəif yanan odun üzərinə qoyub 15 dəqiqə saxlayın. Sonra odun üzərindən götürün və 45 dəqiqə saxlayıb süzün. Dəmləməni 0,5 litr həcminə gətirib gündə 4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 2 həftədir.

Yuxarıda qeyd etdiyimiz xəstəlikləri müalicə etmək üçün, qurudulmuş yarpağını poroşok halına salıb gündə 2–3 dəfə 1 çay qaşığı qəbul edin.

Nefrit, tonusun aşağı düşməsində, depressiya zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat saxlayıb

süzün. Gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Dəri səpmələrində, çiban, ekzema, dəridə baş verən allergiya mənşəli xəstəliklərin müalicəsində. 2 xörək qaşığı doğranmış yarpaqlarından götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb 2 saat saxlayıb süzün. Gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Ağrı nahiyəsinin kənarlarında əmələ gələn çatlamaların qarşısının alınmasında. Zədələnmiş nahiyələrə bitkidən alınmış təzə şirədən sürtün.

Konyuktivit zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış təzə otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb qaynama dərəcəsinə gətirib, yarım saat saxlayıb süzün. Aldığınız demləmə ilə gündə 2–3 dəfə gözünüzü yuyun.

Diqqət! Çaqqalqanqalı qanı qatılaşdırdığına görə bitkidən alınan preparatlardan qanı qatı olan və eləcə də tromboflevitə və hipertoniyaya meyilli xəstələrin istifadə etməsi məsləhət görülmür.

Gözəl rapontikum — *Rhaponticum pulchrum*

Dünya florasının tərkibində *Rhaponticum* cinsinin 17-yə qədər növünə təsadüf edilir. Cinsin Qafqazda 2, o cümlədən Azərbaycanda 1 növü — *Rhaponticum pulchrum* — gözəl rapontikum növü yayılmışdır. Cinsin əsas növlərinə Yer kürəsinin şimal rayonlarında təsadüf etmək olar. *Rhaponticum* cinsinə daxil olan növlər xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində o cümlədən tibb, yeyinti və yüngül sənayedə istifadə edilir. Bitkinin ən qiymətli növlərindən biri də *luratum*-dur, iribaşlı *rhaponticum* və yaxud xalq arasında deyildiyi kimi maral köküdür.

İribaşlı rapontikum — *Rhaponticum carthamoides*. Bu gövdəsinin hündürlüyü 50–150 sm-ə qədər olan çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsinin üzəri xırda şırımlardan ibarət olub kökümsovu budaqlanan tünd qonur rəngdən başlayıb, qəhvəyi rəngə çalan çoxsaylı qaytan köklərdən ibarətdir. Yarpaqları ellipsvari və yaxud uzunsov yumurtavidir. Çiçəkləri ikicinsli səbət formasında olub bənövşəyi-qırmızı və yaxud qırmızımtıl rəngdədir. Bitki iyun-ayından avqust ayına qədər çiçək açır, avqust, sentyabrda meyvə verir. Bitkiyə ən çox Sibirin Altay vilayətinin alp və sübalp zonalarında təsadüf edilir. Ən çox isə Sayan ətrafında təsadüf edilir. Sibir və Altay vilayətinin xalq təbabətində bitkinin kökündən hazırlanan preparatlarla uzun sürən ağır xəstəlikdən sonra baş verən gücsüzlüyün, halsızlığın aradan qaldırılmasında istifadə edilir. İmpatentlikdə — cinsi zəifliyin aradan qaldırılmasında bitkinin kök və kökümsovlarından işlədilir (Saratikov, 1946). Maral kökünün kök və kökümsovlarının tərkibindən sinir sistemini stimullaşdıran ekdisteronlardan-ekdisteron və inokosteron maddələri, həmçinin müxtəlif kimyəvi quruluşlara malik olan alkaloidlər, kumarinlər, antraxinonlar, flavonoid və aşı

maddələri, antosianlardan (xrizantemin və sianin) imelin, katexin birləşmələri, efir yağı, parlaq-sarı rəngli qətran, kitrə, C vitamini, karotin, üzvi turşuların duzları, fosfor, arsen və s. maddələr aşkar edilmişdir. (Krasnov və başqaları, 1977; Doşinskaya və başqaları 1983). Ekdisteroid maddələrinin bitkinin müxtəlif hissələrində olduğu aşkar edilmişdir. Maral kökündən hazırlanan preparatlardan yorğunluğun, halsızlığın, zəifliyin, qan dövranının nizama salınmasında, mərkəzi sinir sisteminin normal qanla təchiz olunmasında, qan təzyiqinin nizamlanmasında, həmçinin orqanizmin stimullaşdırıcı qabiliyyətinin yüksəldilməsində geniş istifadə edilir. Bundan başqa maral kökü preparatlarının köməyi ilə kişi və qadınlarda cinsi zəifliyin aradan qaldırılmasında, streslərin, alkoqolizmə tutulanların müalicə edilməsində, canlı hüceyrələrdə gələcəkdə baş verən xəstəliyin qarşısının alınmasında tətbiq edilir (Paşinski, Yaremenko, 1983). Bu xəstəlikləri müalicə etmək üçün kökündən hazırlanan cövhərdən gündə 2–3 dəfə 20–30 damcı qəbul etmək məsləhət görülür. Maral kökündən hazırlanan 10%-li ekstraktlardan qanın durulmasında istifadə edilir (Netesa, 1963, Boyko və başqaları, 1989). Maral kökündən istifadə edən zaman orqanizmin toxuma və hüceyrələri cavanlaşır, yəni insanın ömrünü uzadan yeni-yeni hüceyrə və toxumaların yaranmasına səbəb olur. Orqanizmdə eyni zamanda cinsiyət üzvlərinin toxuma və hüceyrələrində cavanlaşma və təzələnmə hadisəsi baş verir. İnsan orqanizmində baş verən bu cavanlaşma prosesi hazırkı dövrə kimi tibb aləminə bir sirt olaraq qalmaqdadır. Maral kökündən istifadə edən zaman çox ehtiyatlı olmağı məsləhət görürlər. Belə ki, bu preparatlardan normadan artıq istifadə edildikdə uzun müddətli yuxusuzluq, cinsi fəaliyyətə həvəsin həddindən artıq yüksəlməsi, qan təzyiqinin normadan artıq olması baş verir. Maral kökündən şəkərli diabetdə istifadə edildikdə xəstənin özünü çox yaxşı hiss etməsi müşahidə edilmişdir. Allah tərəfindən insanlara bəxş edilən bu «schirli kök» onları bir sıra çətin sağalan xəstəliklərdən xilas etdiyinə görə biz insanlar həmişə Allaha dua etməliyik.

Bunun üçün 1 xörək qaşığı doğranmış kökündən götürüb orta dərəcədə yanan odun üzərinə qoyub 15–20 dəqiqə qaynadıb bişirdikdən sonra, 25–30 dəqiqə dəmləyin. Aldığımız cövhərdən gündə 2 dəfə 15–20 damcı qəbul edib özünüzü müalicə edə bilərsiniz. Maral kökündən hazırlanan preparatlardan baytarlıq təsərrüfatında da istifadə etmək olar. Bu preparatlardan mal-qaraya verdikdə danalarda boyatma sürətlənir, qanda eritrositlərin miqdarı artmağa başlayır və qısrılığın faizi azalır. Maral kökü qiymətli nektar bitkisi sayılır. Bundan yeyinti sənayesində tonusartırıcı «Sayan» spirtsiz içkilərin hazırlanmasında istifadə edilir. Sayan içkisinin orqanizmə təsir mexanizmini öyrənmək üçün tibb mütəxəssisləri 900-dən artıq fəhləyə bu içkidən qəbul etdirmişdir. Aparılan təcrübələr zamanı məlum olmuşdur ki, «Sayan» içkisi insan orqanizminə öz təsirini 2 fazada göstərmişdir. Birinci fazada mənəvi

sinir sistemində 10–15 dəqiqədən sonra oyanma hadisəsinin yüksəlməsi baş vermiş və bu proses uzun müddət davam etmişdir. Gecədən keçmiş və gecə vaxtı ikinci fazada sinir sistemində kəskin tormuzlanma baş vermiş və fəhlələr uzun müddətli dərin yuxuya getmişlər. Bu da «Sayan» içkisinin orqanizmdə qoruyucu rol oynadığını aşkar etmişdir (Turova. 1974.) Maral kökündən şəkərli diabetdən əziyyət çəkən xəstələr qəbul edən zaman onların vəziyyətlərinin xeyli yaxşılaşdığı bildirilir.

Əkin göyçiyi (Güləvər) — *Centaurea cyanus*

Dünya florasının tərkibində güləvərin (göyçiyəyin) 600-ə qədər növü yayılmışdır. Qafqazda 70, o cümlədən Azərbaycanda 30 növünə rast gəlmək olar. 4 növündən müalicə vasitəsi kimi istifadə edilir: əkin göyçiyək — *C.cyanus* qumluq göyçiyək — *C.arenaria*, Zaqafqaziya göyçiyəyi — *C.transcaucasica* və günəbaxana oxşar göyçiyək — *C.solstitialis*. Tibb və kosmetika sahəsində ən geniş istifadə olan növü isə əkin göyçiyək növüdür.

Göyçiyək cinsinin adı antik Roma mənbələrində söylənilən 2 rəvayətlə bağlıdır. Belə ki, bədəni at, sifəti iri saqqalla əhatə olmuş «Kentavr» adlı bir canlının yaralanan Heronu göyçiyəklə müalicə etdiyinə görə bu adı vermişlər. Bu zaman Heronun özü bitkilərlə müalicə sirlərini allahlara ögəllərinə öyrətməklə məşğul olmuşdur.

Əkin göyçiyək — *C.cyanos*. Hündürlüyü 30–100 sm olan birillik, nadir hallarda ikillik ot bitkisi. Gövdə yarpaqları oturmaq olub xətvəri, lələkvəri–daraq şəkilli, kənarları bütövdür. Bənövşəyi, göy rəngli çiçəklərinin diametri 3 sm olub, səbət formasında gövdənin qurtaracağında yerləşmişdir. Çiçəyi ağ, mavi, çəhrayı, yasəmən rəngində olur. Meyvəsi uzunsov toxumcuqdan ibarət olub, boz rəngdədir. Çiçəkləri iyundan başlayaraq payızın son aylarına qədər açıq, avqust–sentyabrda meyvə verməyə başlayır.

Əkin göyçiyək Azərbaycanın Kiçik Qafqaz ərazisinin şimal və cənub hissələrində, Abşeron, Lənkəran, Naxçıvan MR-da, ümumiyyətlə respublikamızın hər yerində yayılmışdır. Buna ən çox taxıl zəmilərinin kənarlarında, yonca sahələrində, əlaq otlarının arasında, meşə yollarının kənarlarında rast gəlmək olar. Göyçiyək düzənlik sahələrindən tutmuş orta dağ qurşaqlarına qədər yayılmışdır.

Çiçəklərinin tərkibində antosian tipli sianin qlikozidi— $C_{27}H_{31}O_{16}$, sikorin— $C_{15}H_{16}O_9$, sentaurin— $C_{24}H_{26}O_{13}$, sianidinxlorid— $C_{15}H_{11}O_6Cl$, pelarqonin-xlorid— $C_{27}H_{21}O_{15}Cl$, apiqenin, lyuteolin, kversetin, rutin, flavonoidləri aşı, selikli, kumarin və s. tapılmışdır. Bunun ot və çiçəklərindən 5,16% kül, mq/q olmaqla 17,00-K, 18,10-Ca, 2,70-Md, 0,30-Fe makroelementləri, mkq/q olmaqla 0,23-Mn, 0,77-Cu, 0,57-Zn, 0,06-Co, 0,07-Cr, 0,28-Al, 0,09-

V, 1,11-Se, 0,36-Ni, 0,04-Sr, 0,06-Pb, 0,50-B və s. mikroelementləri aşkar edilmişdir.

Elmi-təbabətdə mavi göyçiçəyin güllərindən sulu dəmləmə hazırlayıb sidikqovucu və ödqovucu dərman kimi qəbul edilir. Cövhərindən sidik kisəsi və bronxlarda əmələ gələn iltihabın, şiş və irinli yaraların müalicəsində istifadə edilir.

Xalq təbabətində göyçiçəyindən çay dəmləyib, ürək ağrılarında sakitləşdirici vasitə kimi işlədilir.

Hələ çox qədim zamanlarda göyçiçəyin toxumlarını yığıb qurudar, narın toz halına sahib, ziyil, qaşınma və ekzema əleyhinə işlədərtilər. Ləçəklərindən alınan cövhərlərdən isə göz ağrılarında istifadə olunmuşdur.

Hal-hazırda kosmetika sahəsində göyçiçəyin ləçəklərindən alınan dəmləmələrdən, cövhərlərdən dəridə əmələ gələn yaraların, ekzemaların, qaşınmaların müalicəsində geniş istifadə edilir. Bundan göz ağrılarında, bədən nahiyələrində əmələ gələn qıcıqlanmalarda da işlədilir. Dəri səpgilərində isə vannasının qəbul edilməsi məsləhət görülür.

Çiçəklərindən yeyinti sənayesi üçün göy rəngli təbii boyaq alınır.

Müalicə və kosmetika məqsədilə tam çiçək açan dövrdə toplanır. Çiçək səbətlərini qayçı ilə kəşib qıfvari və bir qədər boruşəkilli çiçəkləri ayırıb, talvar altında sərib qurudurlar. Qurumuş çiçəkləri kağız kisələrə doldurub quru yerlərdə saxlayırlar.

Əkilən kahı — *Lactuca sativa*

Kahı sözünün mənası latınca *Lactuca* «süd» deməkdir. Belə ki, bitkinin tərkibində südəoxşar, acımtıl qlükozid — laktusin maddədən ibarət birləşmənin olması ilə xarakterizə olunur. Salat hazırlanan bitkilər insanlar tərəfindən uzun müddət aparılan seleksiya işlərinin nəticəsində yaradılmışdır. Bunlar aşağıdakılardır: kahı (yarpaq və baş), yolotu, kələm, xardal yarpağını və s. göstərmək olar. Bunların içərisində ən çox yayılanı mədəni halda əkilib-becərilən kahı — *L.sativa*-dir. Əkin kahısı Mərkəzi Avropa, Kiçik Asiya ölkələrinin ərazilərində, eləcə də Rusiyanın orta və cənub ərazilərində yabani halda yayılmışdır. Bitkinin çoxlu formalarına təsadüf etmək olar.

Əkilən kahı, kahının yabani formalarının bir-biri ilə çarpazlaşdırılması nəticəsində əldə olunmuşdur.

Əkilən kahının hal-hazırda dünyanın müxtəlif ölkələrində qiymətli tərəvəz bitkisi kimi 5 növ müxtəlifliyindən və onlardan alınan 1000-dən çox sort və formalarından istifadə edilir. Kahı cinsinin klassifikasiyası ilk dəfə 1753-cü ildə K.Linney tərəfindən verilmişdir. K.Linney əsərində kahının 2 növmüxtəlifliyi haqqında məlumat vermişdir. Lakin 1960-cı ildə botanik

T.V.Zizqunova *Lactuca* cinsinin 5 növ müxtəlifliyinin klassifikasiyası haqqında düzgün elmi məlumatı vermişdir. Hal-hazırda bütün botaniklər T.V.Zizqunov klassifikasiyasına üstünlük verirlər.

Kahının 5 növ müxtəlifliyi aşağıdakılardır:

1. Yarpaq növü (*Lactuca sativa* var *acephala* Alef) iri, güclü, şirəli, pozet yarpaqları kol əmələ gətirir. Müxtəlif irilikdə olan yarpaqlı sortları (Avstraliya, Qrənd, Repids, Rubin) geniş surətdə əkilib-becərilir.

2. Dərilib toplanan növün (*Lactuca sativa* var *acephala* Alef) rozet yarpaqları kol əmələ gətirir. Müxtəlif sortları əkilib-becərilir.

3. Baş formalı kahı (*L.sativa* var. *capitata* L.) əkilən sortlardan sıx yarpaqları və başcıqlarının uzunsov olmaları ilə bir-birilərindən fərqlənirlər.

4. Romen kahı (*L.sativa* var. *Remena* Lam.). Bunun sortlarının yarpaqları və başcıqları müxtəlif formada və ölçüdə olması ilə fərqlənir.

5. Qulançarabənzər kahı (*L.sativa* var. *Angustana* irish). Uzunsov gövdə və ensiz uzun yarpaqlardan ibarətdir.

Kahı cinsinin növmüxtəlifliklərinin kimyəvi tərkibləri əkildikləri ərazilərin ekoloji şəraitlərindən asılı olaraq müxtəlif tərkibə malik olur. Kahıdan tərəvəz bitkisi kimi bizim ərədan 4500 il bundan qabaq misirlilər, yunanlar və romalılar istifadə etmişlər. Ruslar isə kahı bitkisi ilə XVII əsrdə tanış olmağa başlamışlar.

Kahı qiymətli tərəvəz bitkisi kimi ABŞ-da 120 min hektar sahədə, əkilib-becərilir. Hər hektar sahədən 20 ton yaşıl kahı məhsulu əldə edilir. Hər il bir Amerika vətəndaşına orta hesabla 10 kq yaşıl kahı məsulu düşür. İtaliyada hər il 750–800 min ton kahı məhsulu əldə olunur ki, bu da əkilən kökdən 5 dəfə, çuğundurda 15 dəfə çoxdur. Hollandiyada isə hər il 130 min ton kahı məhsulu əldə olunur. Bütünlükdə Qərbi Avropa ölkələrindən hər il 1,5 milyon ton kahı məhsulu tədarük olunur. Dünya bazarlarına kahını əsas ixrac edən Hollandiya, İtaliya, Fransa, İspaniya hesab edilir. İkinci yerləri isə Macarıstan, Polşa və Kuba tutur.

Hal-hazırda dünyada əkilən 1000-dən artıq kahı sortlarını onların yarpaq və baş hissələrinin iriliyinə, müxtəlif rəng çalalarına, tez, orta və gec məhsul verdiklərinə, eləcə də kimyəvi tərkiblərinə görə təsnifatlaşdırırlar.

Hələ vaxtilə İbn Sina kahının yarpaqlarının faydalı xüsusiyyətləri haqqında geniş məlumat vermişdir. Bitkinin yarpaqlarından hazırlanan mazdan səpgilərin, şirəsindən isə yaraların müalicəsində geniş istifadə edilirdi. Kahı südverən anaların südünün ifrazını artırır, onların döş nahiyələrini yumşaldır. Yarpaqlarından mədənin, qaraciyərin normal işləməsində, yuxusuzluğun aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Heç bir şeylə əvəz olmayan salatından vitamin çatışmazlığında istifadə edilir. Kahı tərkibindəki B₁, E və K vitamininin çoxluğuna görə heç bir tərəvəz bitkisi ilə müqayisə olunmur.

Yarpağının tərkibindən çoxlu miqdarda karotin, askorbin turşusu, dəmir, kalium, fosfor, yod, kobalt, sink, manqan və s. maddələr də tapılmışdır.

Kahıdan hazırlanan salatardan uşaqlara, yaşlılara, piylənməyə meyilli insanlara, pəhriz xörəyi kimi qəbul etmələri məsləhət görülür.

Bunun şirəli yarpaqları ilə soyuqdəymədə, sidik kisəsi xəstəliklərində, həmçinin qalxanabənzər vəzi pozuntularının aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Kahının yarpağından alınan şirənin 30%-ni kalium elementi təşkil etdiyindən ürək əzələlərinin işini nizama salır, ürəyin fəaliyyətinə köməklik göstərir. Şirənin ən qiymətli xüsusiyyətlərindən biri də ondan ibarətdir ki, qanda eritrositlərin əmələ gəlməsinə səbəb olur. Bundan başqa kahının yarpağının tərkibində olan xlorofil orqanizmdən xolesterini kənar edir və infeksiyalı xəstəliklərin qarşısını alır. Xlorofil kahi yarpağının tünd yaşıl hissəsində daha çox olur. 100 ml şirəsi insanın əsəb və əzələlərinin fəaliyyətini normaya salır, mədədə həzmi yaxşılaşdırır, sifətin dərisini saflaşdırmaqla yanaşı dərisinin elastikliyi artırır. Bundan başqa kahi şirəsi susuzluğu aradan qaldırır, spirtli içki qəbul edənlərin sərxoşluğunun dərəcəsini yüngülləşdirir.

Kahının növmüxtəlifliklərindən alınan sortların kimyəvi tərkibləri də müxtəlifdir. Belə ki, yarpaq formalı tərəvəz sortunda üzvi maddələrin miqdarı o biri sortlara nisbətən üstünlük təşkil edir. Yarpaq formalı kahi sortunda azot maddələri quru çəkinin 20–30 %-ni təşkil edir. Kövrək yarpaq sortunun tərkibində monosaxarid birləşmələri, o biri sortlara nisbətən daha çoxdur. Yağtəbiətli formasının yarpaqlarının tərkibində piy maddələri üstünlük təşkil edir. Kahının yarpaq formasında çoxlu miqdarda vitamin kompleksini aşkar edilmişdir. Belə ki, yarpaqlarının tərkibində 90 mq% C vitamini, 3 dəfə çox B₁, B₂ vitaminləri, 16 mq% karotin, nikotin turşusu PP, rutin (P) və s. aşkar edilmişdir. Yaşıl yarpaqlarında olan foli turşusu qan xəstəliyi olan insanların vəziyyətlərinin yaxşılaşmasına yardım edir. Yağda həll olan E vitamininin miqdarı 1,5% təşkil edir. Yağ çox olan formalarının yarpaqlarında E vitamininin miqdarı daha çoxdur.

Cədvəl 6. Kahının rozet yarpaqlarının tərkibindəki mikroelementlərin (E.İ.Eliseeva görə) mq/kg miqdarı

Mikroelementlər	Yaş halda olan maddələrin miqdarı	Quru maddələrin miqdarı
Dəmir	6,0–21,0	9,1–516
Mis	0,8	3–60
Sink	1,8–6,2	-
Kobalt	0,21	0–0,19
Manqan	-	1–169
Molibden	0,06–0,1	-
Titan	-	27
Bor	-	6–37
Yod	0,01–0,62	-

Cədvəl 7. Kahunun müxtəlif hissələrinin kimyəvi tərkibinin faizlə miqdarı (E.İ.Eliseeva görə)

Bitkinin hissələri	Quru maddə	Zülal	Piy	Şəkərin cəmi	Sellüloza	Kül
Yarpaq	4,58–11,6	0,62–2,93	0,26–0,60	0,1–2,28	0,64–0,88	–
Baş	4,1–9,37	0,84–1,88	0,21–0,36	0,73–3,86	0,51–0,58	–
Toxum	96,56–93,8	26,3–29,90	40,7–41,80	1,89–2,39	–	0,75–1,29

Cədvəl 8. Kahunun müxtəlif sortlarının tərkibindəki əsas qida maddələri

Sort	Sulu maddə	Şəkərin ümumi miqdarı	Askorbin turşusu	Karotin
	Xam maddənin %-lə miqdarı	Mq/100 q	Xam maddə	
Tez yetişən				
Bettner	5,9–6,10	1,47–1,53	40,68–42,62	2,40–2,53
Lepperman	4,32–4,51	1,36–1,51	37,96–39,11	1,64–1,78
Primavera	4,47–4,63	1,48–1,53	29,98–30,44	1,34–1,46
Orta dərəcəli yetişən				
Berlin savsı	6,49–6,53	1,91–1,98	9,71–10,14	0,73–0,83
Attraksion	4,73–4,81	1,84–1,88	18,39–19,12	1,02–1,33
Trakodero	4,38–4,51	1,76–1,81	27,51–28,45	0,98–1,12
Yay korolu	5,55–5,79	1,88–1,93	45,15–45,11	1,64–1,78
Gec yetişən				
Böyük göl	5,65–6,21	1,68–1,71	29,61–31,15	1,67–1,74
Xenson	4,52–4,82	1,59–1,68	38,30–39,45	1,73–1,86
Boston baytı	5,45–5,74	1,47–1,53	22,41–26,18	1,33–1,51
Benqrad	5,75–6,12	1,63–1,78	27,50–28,96	1,58–1,67
Ramses	7,85–6,10	1,52–1,54	31,70–33,16	1,54–1,72
Paris yaşılı	6,06–6,32	1,09–1,11	19,00–20,78	1,15–1,31
Yarpaqvari				
Moskva parniki	3,91–4,01	0,59–0,76	36,42–38,91	2,18–2,28
Rubin	6,33–6,48	1,53–1,59	37,10–38,31	2,35–2,48
Avstraliya	4,40–4,51	1,41–1,48	55,00–57,63	2,42–2,61
Qrend repide	5,60–5,83	1,10–1,21	43,60–44,78	2,44–2,54

Kahı öz biokimyəvi xüsusiyyətlərinə və genetik vəziyyətinə görə şirin tərəvəz qrupuna aid edilir. Yarpaqlarının tərkibindən 2,5–3,8% şəkər, çoxlu sulu karbohidratlar, protein, kalsium, kalium, dəmir, natrium, fosfor, amin turşularından olan manit, asparagin, həmçinin alma, limon, quzu qulağı, yantar və s. aşkar edilmişdir. Tərkibindəki kalsiumun miqdarına görə kahı bütün tərəvəz bitkilərindən üstünlük təşkil edir. Mineral duzların miqdarına görə ancaq spanaqdan geri qalır. Kahunun yarpaqlarından alınan süd şirəsinin tərkibindən acımtıl laktusin alkaloidi tapılmışdır ki, o orqanizmdə baş verən maddələr mübadiləsinin nizama salınmasına, əsəb sisteminin sakitləşdiril-

məsinə, yuxunun yaxşılaşdırılmasına, qan təzyiqinin normallaşdırılmasına səbəb olur. Vitamin kompleksi ilə laktusin qarışığından hazırlanan preparatların köməyi ilə qan damarları divarlarının möhkəmləndirilməsində, hipertoniya, ürək-damar sistemində baş verən çatışmazlıqların aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Kahının tərkibində sintez olunan xolin antioksidant xüsusiyyətlərinə malik olduğundan orqanizmdən xolesterinin kənar edilməsində, aterosklerozun qarşısının alınmasında, öd vəzinin və qara ciyərin normal işləməsinə müsbət təsir göstərir.

Yarpaqlarının tərkibində çoxlu miqdarda limon və acımtıl laktusin maddəsinin olması ondan yeyinti sənayesində ədviyyat kimi istifadə olunmasına səbəb olmuşdur.

Kahıdan müalicə preparatlarının hazırlanması.

Hipertoniya zamanı. 1,5 xörək qaşığı yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 2 saat dəmləyib süzün. Gündə 2 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər qəbul edin.

Qıçırma zamanı. Kahının 5–6 yarpağından hazırlanmış sıyığı soyuq qaynadılmış suya töküüb qurtum-qurtum için.

Ateroskleroz zamanı. Bərabər miqdarda kahı, kök, çuğundur və turp şirəsindən götürüb bir-birilə qarışdırıb gündə 3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 1 aydır.

Öskürək zamanı. 1,5 çay qaşığı doğranmış kahı yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicəni 1 aya qədər aparın.

Ağ ciyər vərəmində. Kahının yarpağından alınmış şirədən gündə 3 dəfə 2 xörək qaşığı yemək vaxtı qəbul edin.

Podaqra, duz yığımında, damar xəstəliklərində, revmatizm zamanı. 1 çay qaşığı yarpağından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 4 saat dəmləyib süzün. Sonra ekstraktından gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin.

Laktasiyanın (süd ifrazının) artırılmasında. 1 çay qaşığı kahının toxumlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər, uşağı əmizdirməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Diqqət! Kahını köpmə, kəskin mədə və onikibarmaq yaralarında yemək məsləhət görülmür. Həddindən artıq qəbul etdikdə vərəm və astmaya qarşı pis təsir edir, zehni və görmə qabiliyyətini zəiflədir. Yeməklərdə kahının toxumlarından istifadə edən zaman, kişi cinsi orqanlarına mənfi təsir göstərir.

Kahıdan qida məhsulları hazırlayan zaman onun yarpaqlarının uc hissəsini kəsin, ehtiyatla yuyub suyu tam süzülün deyər süzəcə tökürlər. Şuyu süzülüb qurtardıqdan sonra yarpaqları parçanın üzərinə sərib azca qurudurlar. Əsas məsələ ondadır ki, çalışmaq lazımdır ki, yarpağın elastikliyi

və kövrəkliyi olduğu kimi saxlanılsın. Yarpaqları 10–15 dəqiqə azca qurutduqdan sonra onu xırda hissələrə yox, iri yarpaqları 3–4 hissəyə kəsib doğrayır və yaxud iki yerə bölüb istifadə edirlər.

Kahıdan xörəkləri hazırlayan zaman əsasən bitki yağlarından və mayonezdən, almadan, limon şirəsindən, sirkə turşusundan, qıtıqotundan, xardaldan, istiot və duzdan istifadə edilir. Duzu xörəyə bişməyə az qalmış tökürlər, hərgah əvvəl tökülərsə onda yarpaqlar büzüşüb solaraq öz keyfiyyətini itirmiş olar. Kahıdan hazırlanan salat və xörəklərin tərkibinə əlavə olaraq zövqə görə xırda doğranmış cəfəri, şüyüd, vəzəri, kərəviz, həmçinin sarımsaq və soğan əlavə etmək məsləhətdir.

Kahıdan hazırlanan ədviyyatların tərkibinə günəbaxan, pambıq, zeytun, qarğıdalı və s. yağlar istifadə edilir.

Müalicə xörəklərinin hazırlanması.

Kahıdan supun hazırlanması. 500 q yaşıl kahı, 1 ədəd soğan, 2 ədəd yumurta, stəkanın 1/2 hissəsi qəder süd, 2 xörək qaşığı kərə yağı, bir neçə diş sarımsaq, 2 litr su, duz götürün.

Kahını və soğanı xırda hissəyə salıb, qaynar suya tökün. Qaynama dərəcəsinə gətirib duzlayın. Qayğanaq halına salıb, kəsib içərisində 2 litr su olan qazana töküüb, üzərinə göyerti, xırda doğranmış sarımsaq və yağ əlavə edib qaynadıb, qarışdırın və süfrəyə verin.

Yaz salatı. 250 q yaşıl kahı, stəkanın 1/2 hissəsi qəder xama, duz, şəkər, şüyüd götürün. Kahı yarpaqlarını yuyub əl ilə kiçik hissələrə salıb, salat qablarına qoyun. Üzərinə xama, təzə narın doğanmış şüyüd səpib, zövqünüzə görə duz və şəkər əlavə edib süfrəyə verin.

Vitaminli salat. Bir kahı, 3 ədəd yumurta, 3 xörək qaşığı bitki yağı, limon şirəsi, cəfəri, duz götürün. Kahını yuyun, yuxarı hissəsini kəsib atın, 4 hissəyə bölün. Yumurtanı bişirin və sarısını ayırıb, əzin, bitki yağı və limon şirəsi ilə qarışdırın. Sonra duzlayıb üzərinə azca duzlu xiyar əlavə edib, yumurtanın ağ hissəsi ilə bəzəyib süfrəyə verin.

Xoş ətirli salat. 300 q bişirilmiş lobya, bir baş kahı, 2 ədəd xiyar, 3 ədəd pomidor, 3 ədəd bişirilmiş yumurta, 100 q xama, 100 q mayonez bir dəstə şüyüd və reyhan, zövqünüzə görə duz götürün. Lobyanı qını ilə birlikdə iriliyi 3–4 sm olan hissələrə salıb, pomidor və xiyarı dairəvi və yaxud yarım dairəvi hissələrə salın. Kahının yarpaqlarının yansını xırda hissələrə doğrayın. Hazırladığınız tərəvəzi bir-biri ilə qarışdırıb üzərinə duz səpin. Sonra doğranmış yumurta, xama, mayonez əlavə edib qarışdırın və üzərinə şüyüd və reyhan səpib süfrəyə verin.

Ətirli assorti. 1 ədəd kahı, 1 ədəd çox da böyük olmayan qırmızı soğan, alma, apelsin, 100 q qatıq, 1 xörək qaşığı bitki yağı, şüyüd, duz, zövqünüzə görə qırmızı istiot götürün. Kahı yarpağını ehtiyatla yuyub, yarıya bölüb bir hissəsini salat qabına qoyun. Soğanı təmizləyib xırda hissələrə sa-

lib, sonra almanı, apelsini doğrayıb bir-birilə yaxşı qarışdırın. Üzərini qatıq, bitki yağı, bibər, duz və göyerti ilə bəzəyib süfrəyə verin.

Xama qarışdırılmış salatın hazırlanması. 2 ədəd 500–600 q çəkisi olan kahı başcığı, 2 ədəd bişirilmiş yumurta, limon şirəsi, sirkə, şüyüd, yaşıl soğan, şəkər və zövqünüzə görə duz götürün. Sonra götürdüyünüz komponentləri bir-birilə qarışdırıb üzərinə 100–150 q smetan əlavə edin və salat qablarına doldurub süfrəyə verin.

Məşhur qatışıq salatın hazırlanması. Kahının yarpaqlarını dərib yuduqdan sonra üzərinə doğranmış xiyar, pomidor, soğan, bibər, şüyüd əlavə edin. Sonra üzərinə limon şirəsi, azca sirkə turşusu əlavə edib bitki yağı, şəkər tozu və duz səpib qarışdırıb süfrəyə verin.

Kahıdan tez-tez istifadə edilən yaşıl salatın hazırlanması. İri yarpaqlı kahı başı, 2 xörək qaşığı bitki yağı, limon şirəsi, sirkə, şəkər tozu, bibər və zövqünüzə görə duz götürün. Sonra kahı yarpaqlarını yuyub 3–4 hissəyə doğrayıb, üzərinə bitki yağı, limon şirəsi, bibər, duz əlavə edib qarışdırın. Kəskin tama malik salatları sevən adamların istəyinə uyğun olaraq 2 xörək qaşığı sirkə turşusunun tərkibinə 4–5 xörək qaşığı bitki yağı və yarım çay qaşığı sirkə, şəkər tozu, bibər və zövqünüzə görə duz əlavə edin. Üzərinə xırda doğranmış şüyüd, cəfəri, səpib 20–30 dəqiqə soyuducuda saxladıqdan sonra salat qablarına doldurub süfrəyə verin.

Bayramlarda, təntənəli yığıncaqlarda istifadə olunan şirin salatın hazırlanması. Ehtiyatla kahı yarpaqlarını yuyub, azca qurudub iri yarpaqları 3–4 hissəyə bölüb qarışdırın və üzərinə bal, xırda hissələrə şalınmış qoz ləpəsi əlavə edib 30–50 dəqiqə soyuducuda saxlayın. Sonra soyuducudan çıxarıb meyvə və sərinləşdirici spirtsiz içkilərlə birlikdə süfrəyə verin.

Faydalı məsləhət. Kahının yarpaqlarının şirəli və qidalılıq keyfiyyətini uzun müddət itirmədən saxlaması üçün onu bıçaqla kəsməyin. Ölinizlə xırda hissələrə bölüb saxlayın.

Kahının əkilib-becərilmə tarixinə qısa nəzər. Kahının mədəni halda becərilməsi çox qədim dövrlərə gedib çıxır. K.Lindqvist (1960), və L.Keimer (1924) Misir sərdabələrini tədqiq edən zaman qəbir daşlarına yazılmış kahının adına rast gəlmişdilər. L.Keimer məlumat verir ki, həmin kahı bitkisi slindrvari formada olmuşdur. K.Lindqvistin məlumatına görə uzun, nazik yarpaqlarının kənarları iti formalı olan bitki müasir şəraitdə becərilən romena kahısına oxşayırmış.

L.scariola kahısı insanlara bizim eradan qabaq 665 il bundan əvvəl məlum olmuşdur. Qədim yunan tarixçisi Herodot yazırdı ki, bizim eradan 550 il bundan əvvəl kahı fars çarlarından olan Kambezanın hakimiyyəti dövründə onun sarayında ən əziz tutulan tərəvəzlərdən biri hesab edilirdi. Kahının Avropaya nə vaxt gətirilməsi elmə məlum deyildir. Yunanlar əkilən kahını qədim Misir dövlətlərindən gətirmişdilər. Yunanıstanda kahı

tərəvz və dərman bitkisi kimi əkilib-becərilmişdir. Hippokrat, Aristotel, Feofrast, Dioskorid öz əsərlərində kahı haqqında qiymətli məlumatlar verir. Qədim dövrlərdə kahının gövdəsindən qida və müalicə məqsədləri üçün istifadə edilirdi. O dövrün məşhur alim və həkimi hesab edilən Difiil bizim eramızın IV əsrlərində kahının gövdəsinin yarpaqlarına nisbətən daha keyfiyyətli qida məhsulu olduğunu qeyd edirdi. Bizim eramızın VI–V əsrlərində yazılmış «Epixarma» komediyasında qadınların kahı gövdəsini təmizləmələri səhnəsi təsvir edilmişdir. Buna baxmayaraq G.Hegri (1929) qeyd edir ki, qədim yunanların tezyetişən kahıdan və yaxud onun *L.serriola*, *L.viroza* və yaxud başqa cinsə aid tərəvəz növündən istifadə etməsi alimə məlum olmamışdır. A.N.Bermer (1960) qeyd edir ki, doğrudan da qədim Roma və Misir əhalisi baş kahıdan istifadə etmişdilər. Alim hazırda əkilib-becərilən baş kahıdan yox, başqa növündən istifadə olunması haqqında məlumat verir.

Qədim dövrlərdə Romada kahıdan başqa digər tərəvəz növlərindən istifadə edilirdi. İtalyanlar kahıdan çərəz, Domisian dövründə isə kahıdan iştahartırıcı vasitə kimi istifadə edilirdi. Avqustun imperatorluğu dövründə kahıdan yalnız təkçə təzə halda yox, onu balla qarışdırır, şorabasını, yaşıl lobyaya kimi konservasını hazırlayırdılar. İspaniyada yaşayan ərəblər (VIII–IX əsrlər) baş kahıdan istifadə edirmişlər.

Mərkəzi Avropa ölkələrində Böyük Karlın dövründə (768–814) salattından istifadə etməyə başlamışdılar. Çarın oğlu Lyudovikin (814–840) iri federal təsərrüfatlarında geniş kahı sahələri mövcud olmuşdur.

«Physica» kitabının müəllifi qeyd edir ki, qadın monastrı başçısı Hildeqard (Hildegard, 1098–1179), monastrın həyətəyını sahəsində kahının «*wilden ladeche*» və mədəni forması olan — *L.domestica* becərirdi. Ədəbiyyat məlumatlarında göstərilir ki, orta əsrdə kahının növ və sortları Avropanın bir sıra ölkələrində geniş surətdə əkilib-becərilirdi. İngiltərəyə kahı I Karlın bağbanı tərəfindən (XIV əsrdə) gətirilib əkilmişdir, başqa bir mənbədə qeyd edilir ki, kahı İngiltərəyə 15–20-ci ildə Niderlanddan gətirilmişdir. İ.Gerarda görə (1957) o dövrlərdə İngiltərədə kahının 8 sortu becərilirdi.

1835-ci ildə Almaniyada kahı bitkisinin qulañçar sortunun becərilməsi haqqında məlumat verilir. Kahının bu sortunun gövdəsi ətli olduğu üçün buna «qulañçar kahısı» adı verilmişdir. Almaniyada yarpaq formalı kahı 1875-ci ildə əkilmiş və hazırkı dövrə kimi geniş əkin sahələri mövcuddur.

Kahı tərəvəz bitkisi kimi tezliklə Avropa və Amerika ölkələrinə yayılmışı başladı.

Stertevantsın (1919) məlumatlarına görə 1612-ci ildə Fransada kahının 6, 1690-cı ildə 12, 1828-ci ildə 40, 1883-cü ildə isə 113 sortu məlum idi. İngiltərədə kahının 1597-ci ildə 6 sortu, 1765-ci ildə 18 sortu, Amerikada 1806-cı ildə 16 sortu, 1885-ci ildə 87 sortu, Hollandiyada isə 1720-ci ildə 47 kahı sortu əkilib-becərilirdi. Bu dövrlərdə Şərqi Asiya ölkələrində isə «qu-

lançar kahısı geniş surətdə əkilirdi. Dekandol (1885) qeyd edir ki, çinlilər kahıdan 600–900-cü illərdə istifadə etməyə başlamışlar. Yapon mənbələrində göstərilir ki, çinlilər kahının ştillərini ilk əvvəllər İran və Qərbi Asiya ölkələrindən almış. Yaponlar kahıdan birinci dəfə X əsrdə istifadə etmişlər. Başaqlı kahıdan isə yaponlar 1863-cü ildə istifadə etməyə başlamışlar. Yaponlar kahını ən çox xörəklərin bəzədilməsində işlədirmişlər. ABŞ-da isə ən çox yumşaq kahı sortundan istifadə edilirdi. Slavyan xalqı isə kahıdan xaçpərəstliyi qəbul edən günlərdən bəri istifadə etməyə başlamışlar. Qərb ölkələri ilə əlaqəsi nəticəsində kahı bitkisi yavaş-yavaş Rusiya ərazilərində görünməyə başlamışdır. Q.V.Kovaleksi (1938) qeyd edir ki, kahı ilk dəfə Rusiyaya Qərb ölkələrindən gətirilmişdir. Rus tarixçiləri yazırlar ki, I Pyotr kahını sirkə turşusu ilə ləzzətlə yeymiş. 1900–1908-ci illərdə Rusiyada bostançılığın inkişafı materiallarında göstərilir ki, əkilən tərəvəz bitkiləri içərisində kahı xüsusi yer tuturmuş.

Hal-hazırda Rusiyada 100-dən artıq kahı sortu əldə edilmiş və müxtəlif rayonlarda əkin sahələri təşkil edilmişdir.

Kahının xalq təsərrüfatı əhəmiyyəti. Kahı Orta Arahq dənizi ölkələrinin ən qədim bitkilərindən hesab edilir. Kahı dünyanın bir çox ölkələrində geniş surətdə becərilir və dünya xalqlarının sevimli tərəvəz bitkisinə çevrilmişdir.

Əkin kahısından müxtəlif növ xörəklərin hazırlanmasında, yaşıl hissəsindən isə keyfiyyətli yem kimi ən çox cavan quşların yemləndirilməsində istifadə edilir. Bitkinin gövdəsindən isə lateks (laktukariy) hazırlanır ki, bundan da tibbdə, o cümlədən homeopatiyanın müalicəsində geniş istifadə edilir. Toxumundan keyfiyyətli yağ istehsal edilir.

Yüksək qidalıq keyfiyyətinə, şaxtaya qarşı davamlılığına, tez yetişdiyinə, məhsuldarlığına görə kahı demək olar ki, dünyanın hər yerində əkilib becərilir. Şimal rayonlarında kahı açıq və istixanalarda becəriləndiyi halda, cənubun subtropik zonalarında ilin bütün fəsillərində açıq tarla şəraitində becərilir.

Bir çox ölkələrdə kahı sənaye bitkisi hesab edilir. Məsələn, ABŞ kahının istehsalına görə pomidordan şəkərli qarğıdalıdan sonra üçüncü yeri tutur. Kahının burada demək olar ki, dincə qoyulmuş torpaqlarda geniş əkin sahələri təşkil edilmişdir. Bu ölkədə adambaşına hər il 12 kq kahı düşür. Avropa ölkələrində kahının əkin sahələri daha genişdir. Hollandiya, Fransa, İtaliya dünya bazarına hər il külli-miqdarda kahı bitkisi ixrac edirlər. S.Porselli (1968) qeyd edir ki, son illərdə kahıya olan ehtiyac ildən-ilə artıma görə Avropa ölkələri bu bitkinin əkin sahələrini hər il artırmağa çalışırlar. Selekciyaçı alimlər məhsulun tezyetşən, soyuğa davamlı və bütün il boyu məhsul verən sortlarını əldə etməyə nail olmuşdular. İsveçrədə kahıya olan tələbat son onillikdə 20%-ə qədər artmışdır (Wikesjo, 1968). Finlyandiya dövləti

kahının qış plantasiyalarında becərilən sahələrini genişləndirməyə başlamışdır (Kuhn, 1973). Yapon xalqı isə ildən-ilə yeyinti sənayesində kahıya olan ehtiyacı durmadan artırmağa başlamışdır (Nervton, Sequeira, 1972).

Biz ilk dəfə olaraq 1973-cü ildə keçmiş SSRİ EA-nın Botanika İnstitutunun texnoloji laboratoriyasında S.Şteynbonun rəhbərliyi altında kahının yarpaq formalı sortlarının tünd yaşıl rəngli yarpaqlarından xlorofil-karotinoid tərkibli boyaq pastası alıb və konserv məmulatlarının tərkibinə qatıb müsbət nəticələr aldıq. Bitkidən aldığımız sulu ekstraktın tərkibinə aşılavıcı maddələr əlavə edib yun və ipək saplarda sarı-yaşıl, sarı, sarı-narıncı, narıncı, qızılı-sarı, tünd-narıncı, narıncı-yaşıl, yaşıl, zeytunu, tütünü, qonur, mixəyi, qəhvəyi və s. rəng və çalarlar almağa nail olduq.

Gənc suveren Azərbaycan dövlətinin iqtisadiyyatını gücləndirmək üçün fermerlərimiz seleksiyaçı alimlərlə sıx əlaqədə olub, kahı bitkisinin məhsuldar, tez yetişən sortlarını əldə edib onun geniş əkin sahələrini təşkil etməlidirlər. Kahı sahələrindən əldə olunan qiymətli tərəvəz xammalı ilə xalqımızın bu bitkiyə olan tələbatını ödəməklə yanaşı bir sıra xarici ölkələrə ixrac edib xeyli gəlir əldə edə bilərik.

Sabahgülü — *Tagetes*

Sabahgülü — *Tagetes* növləri qiymətli, ekoloji cəhətdən təmiz təbii qida boyası, ədviyyat, efir yağı və bəzək bitkisidir (M.Q.).

Dünya florasının tərkibində sabahgülü — *Tagetes* cinsinin 30–32 növü və sortları əldə edilmişdir.

Xalq arasında sabahgülünü «zərif məxməri», «məxmər ləçək» və s. adlarla çağırırlar. Sabahgülünün kəskin, acımtıl ətirli çiçəkləri istənilən xörəyə təkrarı olmayan dad və tam verir.

Belə ki, Çində təzə çiçəklərini müxtəlif salatların və xörəklərin tərkibinə əlavə edirlər. Gürcüstanda qurudulmuş çiçəklərindən hazırlanan tozundan ədviyyat kimi müxtəlif xörəklərə qatılır. Bu ədviyyat bütün dünyada «gürcü zəfəranı» adı ilə məşhurdur. Sabahgülünün ləçəkləri yeməli olub tərkibində karotin, C, P, E, B-vitamin qrupu, efir yağı və s. saxlayır. Bu bitkinin adının qəribə mənşəyi var. Bunun adı «*tagetes*» Yupiterin nəvəsi Tadişanın şərəfinə verilmişdi. Hansı ki, o, firavan və xoşbəxt yaşamaları üçün insanlara qiymətli daşların yerini göstərmişdir. İspanlar isə Meksikanı işğal etdikdən sonra bu bitkini «*tagetes*» adlandırmışdılar. Gürcü xalqı sabahgülünün çiçəklərindən ədviyyat kimi sup-xarço, balıq xörəklərinə, sous və s. xörək növlərinə ətirli iy, xoş tam və zəfəran rəngi vermək üçün istifadə edirlər. Bundan başqa gürcülər sabahgülünün çiçək və iyli otunu qurudub başqa növ ədviyyatlarla qarışdırıb istifadə edirlər. Azərbaycanda sabahgülü cinsinə aid olan növlərə ancaq mədəni halda rast gəlmək olar. Apardığımız

elmi-tədqiqat işləri zamanı sübut etdik ki, sabahgülü bitkisinin çiçəklərinin tərkibi insan sağlamlığı üçün çox qiymətli sayılan karotinoid və flavonoid birləşmələri ilə zəngindir. Biz respublikamızda ilk dəfə olaraq sabahgülünün çiçəklərindən karotinoid maddəsi almaq üçün yeni texnologiya üsulu işləyib həyata keçirdik. Belə ki, təklif olunan texnologiya sxeminin əsas üstünlüyü ondan ibarətdir ki, xammaldan karotinoid maddəsi kəmiyyət və keyfiyyətə tam alınmışdır. Yeni aldığımız karotinoid preparatı yüksək bioloji fəallığa malik olub, tərkibində provitamin A, antioksidant, antibakterial, antikanserogen xüsusiyyətə malik olub karotin, flavonoid maddələri saxlayır, bir sıra xəstəliklərin müalicə-profilaktikasında, (gözün torlu qışasında, qadın xəstəliklərində, yanıqlarda, çətin sağalan yaraların müalicəsində, vitamin çatışmazlıqlarında və s.) kosmetik məhsulların müalicəvi təsirlərinin artırılmasında istifadə edilir. Sonra biz karotinoid tərkibli maddəni Bakı karamel, biskvit və marqarin fabrik və zavodlarında sınaqdan keçirib maraqlı nəticələr əldə etmişik. Karotinoidlə boyanmış qənnadı, biskvit, çörək-bulka, pendir, marqarin və kərə yağı məhsulları zövq oxşayan əla keyfiyyətli sarı rəngdə boyanması ilə yanaşı, alınan məhsulların uzun müddət xarab olmadan saxlanmasına nail olduq. Biz aldığımız yeni boyaq maddəsilə aşxana və restoranlarda hazırlanan müxtəlif xörəklərin, o cümlədən piti və plov növlərini də gözoxşayan zəfəranı rəngə boyadıq. Ekoloji cəhətdən təmiz olan yeni boyaq maddəsi yeyinti məhsullarını boyamaqla yanaşı onların tərkiblərini insan orqanizmi üçün faydalı olan vitaminlərlə zənginləşdirir. Yeni təbii boya maddəsi çətin zəhmətlə başa gələn və çoxlu işçi qüvvəsi tələb edən az məhsuldar olan iqtisadi cəhətdən az səmərəli hesab olunan zəfəranı müvəffəqiyyətlə əvəz edə bilər. Aldığımız yeni karotinoid tərkibli sarı rəngli təbii boyaq maddəsinin insan orqanizmi üçün zərərsizliyi keçmiş SSRİ Tibb EA-nın müxtəlif tibb müəssisələrində sınaqdan keçirmiş (№ 72-08. 26.09.1978) sınaq aktı ilə təsdiq olunmuşdur. Bizim tərəfimizdən ilk dəfə elmə gətirilən və tərkibi ekoloji cəhətdən təmiz olan bu təbii qida boyası profilaktik təsirə malik olduğu üçün dünya bazarlarında yüksək qiymətləndirilir və ona böyük ehtiyac duyulur. Bizim tərəfimizdən alınan yeni karotinoid maddəsinə tibb sahəsində istifadə edib bir sıra çətin sağalan xəstəlikləri müvəffəqiyyətlə müalicə etmək olar. Bundan başqa sabahgülündən alınan boyaq pastasını ətriyyat-kosmetika sahəsində tətbiq etməklə ekoloji cəhətdən heç bir ziyanı olmayan dodaq boyaları, diş pastaları, yeni sabun və şampun növlərinin istehsalını təşkil edə bilərik. Bundan başqa çiçəklərini qurudub tonlarla ədviyyat məhsulu əldə edib bir sıra xarici ölkələrə ixracını təşkil edə bilərik. Beləliklə biz əgər respublikamızda sabahgülü xammalından yuxarıda qeyd etdiyimiz məhsulları istehsal etmək üçün yeni texnoloji qurğular tiksək və bunları işə sala bilsək hər il respublika büdcəsinə 100 min ABŞ dolları ilə gəlir gətirə bilərik. Sabahgülündən qiymətli təbii boya, ədviyyat və müalicəvi

təsirə malik preparatların alınması üsulları yenilik kimi qeydə alınmış və bizə 876686 sayılı patent verilmişdir.

Sabahgüldən (*Tagetes*) müalicə preparatlarının hazırlanması.

Müalicə məqsədləri üçün əsasən sabahgülünün çiçək başcığından istifadə edilir. Çiçəkləri bakterisid, vitamin, sidıqovucu, tərqovucu və qurdqovucu xüsusiyyətlərinə malikdir.

Soyuqdəymə və temperaturun yüksəlməsi zamanı. 8–10 ədəd sabahgülünün çiçək başlığından götürüb 1 litr qaynar su olan qaba töküb, çox da şiddətli yanmayan odun üzərinə qoyun və 5 dəqiqə bişirib, 1 saat dəmləyib süzün. Gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə az qalmış qəbul edin. Tamını yaxşılaşdırmaq üçün ekstraktın üzərinə limon şirəsi və yaxud bal qatın

Görmə qabiliyyətinin zəifləməsi, «toyuq korluğu» müşahidə olan zaman. Sup və salatın tərkibinə 2–3 ədəd çox da böyük olmayan çiçək başlığı əlavə edib qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Askarid bij qurdların tökülməsində. Hər gün yatmadan qabaq 4–5 ədəd xırda sabahgülü (uşaqlara 2–3 çiçək başlığı) yeyin. Müalicə kursu 7–10 həftədir.

Tərləmə və dəri qıcıqlanmalarında. Bir xörək qaşığı doğranmış təzə sabahgülü çiçəklərindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb od üzərinə qoyun və 5–7 dəqiqə bişirin. Sonra ağzını qapaqla örtüb, 1 saat dəmləyib süzün. Dəmləmə ilə gündə 1–2 dəfə qıcıqlanan və qaşınan dəri hissəsini yuyun. Müalicə kursu sağalana kimidir.

Uzun müddət sağalmayan yaraların, irinli kəsiklərin və çibanların müalicəsində. Bunun üçün çiçəyin yağından istifadə etmək məsləhət görülür.

Çiçək yağının hazırlanması. 1 litr həcmində olan bankanı sabahgülü çiçəkləri ilə doldurub üzərinə təmizlənmiş günəbaxan və yaxud zeytun yağı əlavə edib isti və işıqlı yerdə (məsələn pəncərə qabağına) qoyub bir həftə saxlayın. Sonra işıqlı yerdən götürüb 1 həftədə daimi çalxalamaq şərti ilə qaranlıq yerdə saxlayın. Yağı tənzifdən və yaxud pambıqdan hazırlanmış tampona çökdürüb xəstə nahiyənin üzərinə qoyub sargı və yaxud plastırla bərkidin. Əməliyyatı hər gün yatmağa az qalmış yerinə yetirin. Müalicə kursunu zədələnmiş sahə sağalana qədər davam etdirin.

Mollabaşı (Çobanyastığı) — *Chamomilla*

Dünya florasının tərkibində çobanyastığının 50 növü yayılmışdır. Cinsin Qafqazda 3, o cümlədən Azərbaycanda 2 növünə təsadüf edilir.

Botanika elmində işlədilən bitki adlarının nomenklaturunda dərman çobanyastığı başqa adla, yəni səhv olaraq *vulgare* kimi təqdim edilmişdir. Sonralar 1708–1777-ci illərdə yaşamış alman botaniki Haller bitkiyə *matircaria* adı vermişdir. *Matircaria* latın sözü olub «balalıq» və «uşaqlıq», «mater» isə «ana» mənalarını bildirir. Alim çobanyastığının güclü müalicəvi təsire malik olduğunu qeyd edərək bildirir ki, bitki ilə bir çox xəstəlikləri, o cümlədən də «uşaqlığı» müalicə edirmişlər. Bitkinin növ adı isə «*rectuta*»dır (*recutitus* – hamar, çıpaq sözlərindən götürülmüşdür). Qədim romalılar isə bitkiyə «*chamaemelon*» adı vermişlər. «*Chamai*» alçaq, «*melon*» isə «alma» mənalarını daşıyır. Bir sıra botaniklər çobanyastığının incə və xoş ətirli odluğunu, sanki ağacda yenicə yetişmiş almanın iyini xatırlatdığını qeyd edirlər. Lakin Dioskorid və Pliniyə görə isə təssüflər olsun ki, bitkinin iyi almanın qoxusunu xatırlatmır. Bitkinin əsl adı isə, yəni «romaşka» birinci dəfə XVIII əsrdə yaranmışdır. Orta əsrlərdə bitkinin latınca adı *Anthenus romana*, bir qədər sonra *Chamaemeum romana* olmuşdur. Buradan da bizə aydın olur ki, «romaşka» sözü «ramana» sözündən formalaşmışdır.

Çobanyastığı qiymətli dərman bitkisi kimi hələ qədim yunan və Roma, eləcə də orta əsr tibb alimlərinə məlum olmuşdur. İnqilaba qədər apteklərdən «çobanyastığı çiçəkləri» əldə etmək üçün insanlar uzun yollar qət edirmişlər. Dərman bitkilərinə yaxından bələd olan yazıçı M.B. Retov «Rus dərman bitkiləri» əsərində yazır ki, tacirlər dünyanın müxtəlif ölkələrindən külli-miqdarda çobanyastığı toplayıb Almaniyaya, oradan da Rusiyaya gətirərək çox baha qiymətə satmışlar.

Dünya florasının tərkibində cinsin 50-yə qədər növü yayılmışdır. Bunlardan Qafqazda 3, o cümlədən Azərbaycanda 2 növünə təsadüf etmək olar.

Dərman, kosmetika və boyaq sahəsində istifadə olunan ən qiymətli növü isə adı çobanyastığı (mollabaşı) — *Chamamilla recutita* hesab edilir. Bu, hündürlüyü 15–30 sm-ə qədər olan, kökü saçaqlı birillik ot bitkisidir. Gövdəsi düzduran tək haldə olub əsas hissədən çoxsaylı budaqlanandır. Yarpaqları növbəli üçər lələkvari uzunluğu 5 sm, eni 1,8 sm qalxanvari iti olub qurtaracağı oturandır. Çiçəklərinin orta hissəsində sarı boruşəkilli, kənarlarında isə dilşəkilli 12–18 ədəd ağ ləçəklərdən ibarət olub, səbətə gövdənin qurtaracağında toplanmışdır. Meyvəsi uzunsov qonuruntul-yaşıl rəngdə olub, azca yuxarıya doğru əyilən, 5 qabırqalı toxumcuqdan ibarətdir.

1000 ədəd toxumunun çəkisi 0,026–0,053 qramdır. Bitki may–sentyabr aylarında çiçək açır, iyunda toxum verir. Bitkinin bütün hissəsi güclü xoş ətirli iyə malikdir. Dilşəkilli çiçəkləri saat 4-də üfqi istiqamətə alıb açılır, saat 7-də bağlanır.

Adi çobanyastığı yabanı hadla çəmənliklərdə, düzənliklərdə, meşə açıqlıqlarında, çay və kanalların, bulaqların kənarlarında, əkin sahələrinin ətraflarında, eləcə də quru yerlərdə təsadüf edilir. Azərbaycanda Kür–Araz ovalığında geniş yayılmışdır. Bundan əlavə, buna çöllüklərdə, adi yolların kənarlarında da rast gəlmək olar.

Eyni zamanda bitkiyə yabanı halda Avropanın orta və cənub ərəzilərində, Hindistan və Pakistana qədər geniş bir sahədə təsadüf etmək olar. ABŞ və Avstraliya ölkələrinə isə başqa yerlərdən gətirilmişdir.

Xalq arasında çobanyastığını «yabanı çobanyastığı», «qızartı otu», «romen otu», «roma otu» «ana otu», «ənlük otu» və s. adlarla çağırırlar.

Müalicə məqsədləri üçün əsasən çiçək səbətindən istifadə olunur. Çiçək səbətinin tərkibindən 40-dan artıq komponenti olan 0,2–0,8% efir yağı tapılmışdır ki, bunun da əsas tərkib hissəsini xamazulen — $C_{14}H_{16}$ (qatı göy rəngli maye) təşkil edir, terpen $C_{10}H_{15}$, 10%-ə qədər seskviterpen $C_{15}H_{24}$, 20%-ə qədər $C_{15}H_{24}O_2$ və $C_{15}H_{26}O_2$ seskviterpen spirtləri, kadinen- $C_{15}H_{26}$ üç tsikli spirt, həmçinin kapril, nonil və izovalerian turşuları aşkar edilmişdir. Bitkidən efir yağından başqa çiçək səbətindən apiin — $C_{26}H_{28}O_{14}$, hidrolizə uğrayaraq apigenin — $C_{15}H_{10}O_5$, qlükoza və apioz, kversimeritriri $C_{21}H_{20}O_2$, hidroliz olunaraq kversetin— $C_{25}H_{10}O_5$ və qlükoza, proxamazulen matrisin— $C_{17}H_{22}O_5$, matrikarin- $C_{17}H_{22}O_5$, umbelliferon və onun metil efiri-qerniarin, dioksikumarinbirdən triakantin, $C_{30}H_{62}O_5$, nikotin turşusu, taraksasterol $C_{30}H_{50}O$, xolin, fitosterin və onun qlikozidi, salisil turşusu, qliserid piy turşusu, olein, palmiti və stearin turşuları, C vitamini, karotin, acımtıl maddə, selik, qətran və s. tapılmışdır. Bundan əlavə səbət çiçəkləri tərkibindən 10,57% kül, mq/q 41,8-K, 83-Ca, 3,1-Mg, 0,3 Fe makroelementləri, (MSK) 0,29-Mn, 0,78-Cu, 0,8-Zn, 0,16-Co; 0,09-Cr, 0,27-Al, 0,2-Ba 0,08-V, 7,2-Sc, 0,24-Ni, 0,12-Sr, 0,07-pb, 0,07-S və s. mikroelementlər müəyyən edilmişdir.

Farmakoloji xassələri. Eksperimental və kliniki məlumatlar.

Çobanyastığının efir yağını heyvanlar üzərində təcrübədən keçirərək belə nəticəyə gəlmişdilər ki, reflektor fəaliyyəti gücləndirir, uzunsov beyini oyandırır, tənəffüsü, ürək ritmini tezləşdirir, tənəffüsü dərinləşdirir, beyin damarlarını genişləndirir, böyük dozalarda mərkəzi sinir sistemini sakitləşdirir və əzələlərin tonusunu aşağı salır.

Çobanyastığı çiçəklərinin sulu ekstraktı, dəmləməsi və efir yağı eksperiment təcrübələrində nazik bağırsağın izolyasiya edilmiş bir hissəsinin yığılmasının intensivliyini, tonusunu azaldır, asetilxolinin və barium xloridin yaratdığı spazmı aradan qaldırır. Sulu ekstrakt və efir yağı həm də ödqovucu təsirə malikdir.

Çobanyastığı çiçəkləri preparatlarının bədənə təsiri tərkibindəki fizioloji-aktiv maddələrin kompleks farmakoloji xassələri ilə bağlıdır.

Heyvanlarda yaradılmış ekperimental mədə xorasına çobanyastığı preparatları güclü xorasagaldıcı, regenerasiyaedici təsir göstərir.

Çobanyastığı preparatları spazmolitik, antiiltihab, antiseptik (dezinfeksiyaedici), sakitləşdirici, ödqovucu, tərlədici, sedativ, zəif ağrıkəsici və s. təsir göstərir. Bağırsaqlarda qıçırma və çürümə prosesini azaldır. Qeyd edilmişdir ki, çobanyastığının sulu ekstraktı ultrabənövşəyi şüalar tərəfindən törədilən iltihaba qarşı zəif ağrıkəsici və güclü antiiltihab təsir göstərir.

Çobanyastığının antiiltihab, dezinfeksiyaedici xassələri efir yağının tərkibindəki xamazulen ilə bağlıdır. Xamazulen bir çox tədqiqatçıların fikrincə, həm də spazmolitik və antiallergetik təsirə malikdir.

Çobanyastığının qlikozidləri zəif atropinsayağı təsir göstərərək sayə əzələlərin tonusunu boşaldır, qarın boşluğu orqanlarının spazmasını aradan götürür. Qlikozidlərin təsirindən mədə-bağırsaq şirələrinin, ödün ifrazı güclənir, iştah artır.

Çiçəklərin sulu ekstraktı qazlı stafilokokkları və ahemolitik streptokkları inkişafını dayandırır. Ədəbiyyatda çobanyastığının qazqovucu xassələri barədə də məlumat vardır.

Çobanyastığının efir yağının heyvanlara yeridilmiş 0,05–1 ml/kq dozası ümumi vəziyyətə, hemolitik göstəricilərə və daxili orqanlara toksik təsir göstərmir, mədə-bağırsaq sistemi orqanlarının selikli qişalarını qıçıqlandırır. Efir yağının yüksək dozaları isə baş ağrıları, ümumi zəiflik yaradır.

Xalq təbabəti, elmi təbabət və kosmetikada istifadəsi. Çobanyastığı çiçəklərindən müalicə-profilaktik və kosmetik məqsədlə dünyanın əksər ölkələrində istifadə edilir. Çiçəklər dəmləmə, bişirmə, toz və digər şəkildə ayrıca və yaxud mürəkkəb qarışıqlar tərkibində tətbiq olunur.

Təzə hazırlanmış dəmləməsi yaxud bişirməsi antiseptik, antiiltihab, spazmolitik, ağrıkəsici, antiallergetik, sakitləşdirici vasitə kimi mədə-bağırsaq, dəri, ağız boşluğu, tənəffüs yolları, qadın xəstəlikləri və digər xəstəliklər zamanı tətbiq edilir.

Çobanyastığı dəmləməsi spazmolitik vasitə kimi kəskin və xroniki qastritlər, mədə və onikibarmaq bağırsağın xorası, bağırsaqlarda qıçırma ilə müşayiət edilən xroniki spazmatik kolitlər və enterokolitlər zamanı işlədilir.

Dəmləmə hazırlamaq üçün 15 q çiçək xammalından götürüb emal örtüklü yaxud paslanmayan metal qaba yerləşdirilir, üzərinə 1 stəkan (200 ml) qaynar su əlavə edilir, qabın qapağını qoyur və «su hamamında» (içində çobanyastığı çiçəkləri və su olan kiçik qab su ilə doldurulmuş digər iri qaba yerləşdirilir) 30 dəqiqə qızdırılır. Sonra dəmləmə otaq temperaturunda 10 dəqiqə soyudulur, süzülür, çiçəklər sıxılır. Dəmləmənin həcmi qaynar su ilə 200 ml-ə çatdırılır və istifadə edilir. Dəmləmənin saxlama müddəti 2 sutkadır.

Ağrılar, qızcırma və ürəkbulanma ilə müşayiət edilən mədə və onikibarmaq bağırsağ xorasının, hipferasid qastritin müalicəsində çobanyastığı dəmləməsi 1 xörək qaşığı olmaqla gündə 5–6 dəfə yeməkdən əvvəl təyin edilir.

Alman alimi Veiss R.F. (eiss R.F., 1974) mədə və onikibarmaq bağırsağ xorasını «silindrik müalicə» üsulu ilə müalicə etməyi təklif edir. Bu üsulla görə, gündə 3 dəfə yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl çobanyastığı dəmləməsi 200 ml miqdarında içilir. Xəstə dəmləməni içdikdən sonra 5–10 dəq. Müddətində bədənin 3 tərəfi (sol böyür, arxa, sağ böyür) üstə növbə ilə uzanmalıdır ki, dəmləmə mədənin selikli qişasını hər tərəfdən islətsin, ağrı hissini aradan qaldırsın, zədələnmiş yerləri dezinfeksiya etsin. Bu üsulla müalicə 1–2 ay davam etdirilməlidir.

Kəskin və xroniki qastritləri, mədə və onikibarmaq bağırsağ xorasını, kolitlər və enterokolitləri, müalicə edərkən, çobanyastığını dınaqgülü (kalendula) və boymadərən çiçəkləri ilə qarışdırıqda daha yaxşı nəticələr əldə edilir. Bu zaman xəstələrdə ağrı hissi, gəyirmə, metiorizm aradan qalxır, öd ifrazı güclənir, iştah artır, xəstələrin əhvalı yaxşılaşır.

Mədə xəstəlikləri zamanı çobanyastığının dazıotu bitkisi, boymadərən və cökə çiçəkləri, nanə yarpaqları, kətan toxumları yaxud bağayarpağı toxumları seliyi ilə birgə qarışığı çox vaxt yaxşı nəticə verir.

Çobanyastığı preparatları qaraciyər və öd yolları xəstəlikləri, sarılıq zamanı öd axarlarının spazmasını aradan qaldırır, öd axımını gücləndirir, iltihabı azaldır. Sarılıq xəstəliyi zamanı xalq arasında deyilir ki, tezliklə «xəstə ödü» qovmaq, bağırsaqlara sağlam ödü axımını təmin etmək lazımdır. Bunun üçün çobanyastığının solmazçiçəyi ilə bərabər miqdarda götürülmüş qarışıqından hazırlanmış çaydan gündə 1–2 stəkan içmək lazımdır.

Bağırsaqların spazması, metiorizm zamanı çobanyastığı dəmləməsi 2–3 xörək qaşığı olmaqla gündə 3–4 dəfə içilir. Bu məqsəd üçün çobanyastığının digər bitkilərlə qarışığı daha effektiv təsir göstərir. Bunun üçün çobanyastığı çiçəkləri, pişikotu kökümsovları, nanə yarpaqları, cirə və razyana toxumları ilə bərabər miqdarda qarışdırılır. Həmin qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürülür, 1 stəkan qaynar suda 30–40 dəqiqə ərzində adi çay kimi dəmlənilir, 30 dəqiqə saxlanılır, süzülür və alınmış dəmləmə yarım stəkan olmaqla gündə 2 dəfə (səhər və axşam) qəbul edilir.

Tərkibində çobanyastığı çiçəkləri olan digər bitki qarışığı qazqovucu vasitə kimi daha geniş istifadə edilir. Həmin qarışıqın tərkibinə 6 hissə çobanyastığı çiçəkləri, 4 hissə pişikotu kökümsovları, 1 hissə cirə toxumları daxildir. Dəmləmə hazırlamaq üçün 1 xörək qaşığı qarışıqın üzərinə 1 stəkan qaynar su tökülür, 30 dəqiqə isti yerdə saxlanılır, süzülür və yarım stəkan olmaqla səhər və axşam qəbul edilir.

Fransada çobanyastığının gövdəsindən hazırlanan ekstraktdan həzm pozuntularında, kəskin yorğunluqlarda, fiziki gərginliklərin aradan qaldırılmasında, Polşada iştahanın artırılmasında, mədə-bağırsaq xəstəliklərinin, eyni zamanda kəskin ağrıların aradan qaldırılmasında, xüsusən qadınlarda aybaşının normal hala salınmasında istifadə olunur.

Dərman bitkilərinin mükəmməl bilicilərindən A.D.Turova, E.N.Sapojnikova metiorizm əleyhinə aşağıdakı bitki qarışığını təklif edirlər. Çobanyastığı çiçəkləri, razyana toxumları, hərəsindən 10 q, gülxətni, biyan kökləri və nanə yarpaqları hərəsindən 20 q miqdarında götürüb qarışdırılır. 2 xörək qaşığı qarışığı 2 stəkan qaynar su ilə dəmləyib yarım stəkan olmaqla gün ərzində 4 dəfə qəbul edilir.

Hemorroidal (babasil) düyünlərin iltihabı, paraproktitlər zamanı çobanyastığı bişirməsinin (6,0:200,0) üzərinə 1 xörək qaşığı bitki yağı (zeytun, qarğıdalı yaxud günəbaxan) əlavə edir, təmizləyici emulsion imalə edilir. Hemorroidal şişlərin, düz bağırsaq abseslərinin (irinliyin) üzərinə çobanyastığı dəmləməsinin isti kompresini qoymaq məsləhətdir.

Kolitlər, proktitlər, paraproktitlər, babasil, prostat vəzinin iltihabı zamanı çobanyastığı çiçəklərinin bişirməsi yaxud onun dımaqqülü və boymadərən bitkiləri ilə qarışığı müalicəvi mikroimale (30–50 ml) şəklində təyin edilir.

Antiiltihab, dezinfeksiyəcici, ağrıkəsici, dezodaredici bir vasitə kimi çobanyastığı dəmləməsindən stomatitlər, gingivitlər, tonzillitlər, laringitlər, faringitlər, ağız boşluğu selikli qişasının göbələk xəstəliyi zamanı, ağızdan pis iy gəldikdə istifadə edilir. Bu zaman ağız boşluğu, boğaz gündə 4–5 dəfə qarqara edilir. Qarqara üçün çobanyastığının cökə çiçəkləri ilə bərabər miqdarda götürülmüş qarışığından hazırlanmış dəmləmə istifadə edilir.

Soyuqdəymələr zamanı tərləyici vasitə kimi çobanyastığı dəmləməsi 1 stəkan miqdarında isti halda qəbul edilir.

Uşaqlarda soyuqdəymələrdən sonra yaranmış irinli qulaq xəstəliklərinin müalicəsi zamanı aptekdən alınmış 3% hidrogen-peroksid məhlulunun çobanyastığı dəmləməsi ilə eyni miqdarda götürülmüş qarışığı istifadə edilir. Xəstə qulaq həmin qarışıq ilə gündə 3–4 dəfə yuyulur. Qulaq yuyulduqdan sonra pambıq tamponla tıxanır. Bronxial astma zamanı yüngül sakitləşdirici və spazma əleyhinə bir vasitə kimi tutmaların («pristup»ların) qarşısını almaq məqsədi ilə xəstələrə gecə stəkanın 1/3 miqdarında isti dəmləmə verilir.

Bronxial astma, ağ ciyərlərin və bronxların iltihabı, qrip və digər kəskin respirator xəstəliklər zamanı çobanyastığı dəmləməsinin həm də inqal-yasiyası təyin edilir.

Burun boşluğu selikli qişasının iltihabı (rinit, zökəm) zamanı çobanyastığı dəmləməsindən boşluqların yuyulması üçün istifadə edilir. Dəmləmə

həm də burun içi furunkullar, ekzemalar zamanı isti tamponlar şəklində tətbiq edilir. Rinit zamanı əzilmiş çobanyastığı çiçəkləri burun boşluqlarına yeridildikdə faydalı olur.

Yuxusuzluq zamanı yatmadan 30 dəqiqə əvvəl içilmiş 1 stəkan çobanyastığı dəmləməsi dərin yuxuya getməni təmin edir.

Podaqra xəstəliyinin kəskinləşməsi, oynaqların iltihabı zamanı çobanyastığı çiçəklərinin bişirməsinin (20 q 1 litr suda) ümumi və yerli vannası tətbiq edilir. Həmçinin ağrıyan nahiyələrə çoxqatlı cuna ilə islatma («primocəka») yaxud kompres qoyulur. Bunun üçün cuna çobanyastığı bişirməsində isladılır və oynaqların üzərinə qoyulur. Bundan əlavə, oynaqlara və podaqra mənşəli şişlərə içerisinə isti çobanyastığı çiçəkləri yerləşdirilmiş torbalar qoyulur, üstü polietilen yaxud perqament kağızı ilə örtülür və yun parça ilə 1–2 saat müddətinə bağlanır.

Əllərdəki və ayaqlardakı podaqralı şişlərin müalicəsində çobanyastığı bişirməsi və xörək duzu qarışığı istifadə edilir. Qarışığı hazırlamaq üçün 200 q çiçəyin üzərinə 10 litr su tökülür, 5 dəqiqə müddətində zəif od üzərində qaynadılır və onun üstünə 200 q duz əlavə edilir. Əllərə və ayaqlara isti vanna qəbul edilir.

Xalq təbabətində revmatizm mənşəli iltihablar, podaqra, nevrалgiyalar, miozitlər zamanı çobanyastığının gəndalaş çiçəkləri ilə qarışığı istifadə edilir. Bunun üçün bərabər miqdarda götürülmüş çiçəklər parça torbaya doldurulur, içerisində cüzi miqdarda qaynar su olan qaba yerləşdirilir və qızdırılır. Qabda o qədər su olmalıdır ki, çiçəklər islansın və qabın dibində də cüzi su qalsın ki, torba və çiçəklər yanmasınlar. 10–15 dəqiqədən sonra isti torba ağrılı yerlərə qoyulur və qalın parça ilə bağlanılır. Bu vasitə ilə furunkulu, diş dibi şişləri («flüs»), diş, bel, baş ağrılarını müalicə etmək olar.

Xalq təbabətində qıcolma, miqren zamanı çobanyastığı çiçəklərinin tozu 0,2 q miqdarında, gündə 3–4 dəfə yeməkdən 2–3 saat sonra qəbul edilir.

Çobanyastığı çiçəklərinin dəmləməsindən irinli yaraların, xoraların yuyulmasında, göz xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Gözdə itdirsəyi xəstəliyi (göz qapaqlarının tər və piy vəzilərinin iltihabı) zamanı qapaqlar qızdırılır, şişir və 2–3 gündən sonra şişginlik irinli kisəciklə əvəz olunur. İrinləmənin yaranmasının qarşısını almaq üçün göz üzərinə çobanyastığı dəmləməsində isladılmış pambıq tampon qoymaq məsləhət görülür.

Müxtəlif qadın xəstəliklərinin (ağrılı aybaşılar, aybaşıların gecikməsi, uşaqlıqdan qanaxmalar, uşaqlıq boyuncuğunun eroziyası, kolitlər, vaqinitlər və s.) müalicəsində çobanyastığı dəmləməsi həm daxilə qəbul edilir, həm də cinsi orqanlar şırınca («sprintovka») edilir. Aybaşıların gecikməsi zamanı çobanyastığı çiçəklərinin (40 q), nanə yarpaqlarının (40q) və pişikotu kö-

kümsovlarının (30 q) qarışığından hazırlanmış dəmləmə tətbiq edilir. 1 xörək qaşığı qarışıq 1 stəkan qaynar su ilə dəmlənir, 30 dəqiqə isti yerdə saxlanılır və isti halda yarım stəkan olmaqla səhər və axşam içilir.

Tibbi ədəbiyyatlarda çobanyastığının allergik xəstəliklərin, xüsusən uşaqlarda diatezlərin, müxtəlif dəri səpkilərinin müalicəsində müvəffəqiyyətlə istifadə edilməsi barədə məlumat vardır. Bunun üçün çobanyastığı dəmləməsinin vannası tətbiq edilir, yaxud dərinin zədələnmiş yerlərinə kompres qoyulur. Dəri zədələnmələri bütün bədəndə olduqda iri vanna isti su ilə doldurulur, üzərinə çobanyastığı bişirməsi (500 q çiçəklər 5 litr suda 10 dəqiqə qaynadılır) əlavə edilir. Yarım vanna üçün 250 q, oturaq vanna üçün 150 q, ayaq vannası üçün isə 100 q tətbiq edilir. Çobanyastığı vannaları həm də əsəbləri sakitləşdirir, qıcolmaları aradan qaldırır.

Ekzema, uzun yağlı seboreyası, dəri yaraları, xoraları, rengen şüalarından alınmış yanıqlar, göz qapaqlarının iltihabı zamanı çobanyastığı dəmləməsi ilə islatma yaxud kompres çox faydalıdır.

Üz dərisinin müxtəlif qıcıqlanmaları, iltihabı, sızanaqlar zamanı çobanyastığı, boymadərən, qatırquyruğu, nanə və sürvə bitkilərinin bərabər miqdarda götürülmüş qarışığından hazırlanmış dəmləmə müalicəvi təsir göstərir. Dəmləmə hazırlamaq üçün 1 xörək qaşığı qarışığın üzərinə 1 stəkan qaynar su əlavə edilir, 30 dəqiqə isti yerdə saxlanılır, süzülür və zədələnmiş dərinin üzərinə islatma qoyulur.

Çobanyastığı çiçəkləri yuxarıda göstərilənlərdən savayı digər bitkilərlə birlikdə ateroskleroz, hipertoniya, böyrək və sidik yolları, xroniki pankreatit, saçların tökülməsi və s. xəstəliklərin müalicəsində müvəffəqiyyətlə istifadə edilir.

Ruminiya Respublikasında «Romazulan» adlı preparat buraxılır. Tərkibinə 96 ml çobanyastığı ekstraktı, 0,3 ml çobanyastığı efir yağı və 4 q tvin-80 (emulqator kimi) daxildir. Ondan antiiltihab, antiseptik, dezodoredici bir vasitə kimi anginalar, xroniki tonzillitlər, laringitlər, faringitlər, gingivitlər, glossitlər, diş xəstəlikləri zamanı və həmin xəstəliklərin profilaktikası məqsədi ilə istifadə edilir.

Bunun üçün 0,5–2 çay qarışığı «Romazulan» 1 stəkan isti suda həll olunur, ağız boşluğu və boğaz gündə 4–5 dəfə yeməkdən sonra qarqara edilir. Həmin məhlul dəri xəstəlikləri, neyrodermit, övrə, yara, xoralar zamanı, həşəratlar dişlədikdə xaricə kompres şəklində tətbiq edilir.

«Romazulan» məhlulundan kolpitlər, vaginitlər, uşaqlıq boynunun eroziyası, uretritlər, sistitlər, prostat vəzi və digər xəstəliklər zamanı imalə və şırnaq (2 xörək qaşığı + 1 litr su) üçün istifadə edilir.

Qastritlər, duodenitlər, kolitlər, metiorizmlə müşayiət edilən bağırsağ nasazlıqları zamanı «Romazulan» məhlulu daxilə qəbul edilir. Bunun üçün 0,5 çay qaşığı məhlul 1 stəkan isti suda həll edilir və gündə 2–3 dəfə içilir.

Bir çox ölkələrdə qızlar və qadınlar arasında çobanyastığı çiçəklərindən kosmetik məqsədlər üçün geniş istifadə edilir. Məsələn, Polşada qadınlar həftədə 4 dəfə üzlerini çobanyastığının tünd dəmləməsi ilə yuyurlar (bu zaman üzü qurutmurlar). Bundan başqa üz dərisinə xüsusi gözəllik, hamarlıq, zəiflik vermək üçün qonaqlığa, şənliyə, mədəni istirahətə çıxmazdan bir neçə saat əvvəl üz üçün çobanyastığı maskası hazırlanır.

Çobanyastığı dəmləməsi üz dərisini dezinfeksiya edir, qıcıqlanmaları aradan qaldırır, həssas dəriyə müsbət təsir edir, tonusu artırır, kəpəklənmənin qarşısını alır.

Yorğun və qızarmış göz qapaqlarını gündə 2 dəfə (səhər və axşam) çobanyastığı dəmləməsi ilə yumaq faydalıdır. Çobanyastığı dəmləməsi ilə islatma qoyduqda göz altındakı şişlər azalır.

Üz dərisini tozdan, çirkədən və tərdən təmizləmək üçün çobanyastığı dəmləməsi, spirt və qliserinin 2:2:1 hissə nisbətində götürülmüş qarışığından istifadə edilir.

Ayaqlar tərlədikdə çobanyastığı çiçəklərinin dəmləməsi, yaxud bişirməsi ilə vanna edilir. Bu zaman həm tərləmə azalır, həm də ayaqlardan pis iy çəkilir. Bu məqsəd üçün çobanyastığının 40% spirtdə (1:5) dəmləməsi də istifadə edilə bilər.

Baş dərisinin yağlı seboreyası zamanı müalicə məqsədi ilə saçlar həftədə 2–3 dəfə çobanyastığı dəmləməsi ilə yuyulur. Müalicə 1,5–2 ay davam etdirilir. Müalicəni bir müddətdən sonra təkrar etmək olar. Bu məqsəd üçün «Romazulan» preparatı da tətbiq edilə bilər. 1 xörək qaşığı preparatı 500 ml suya əlavə edir, alınmış maye baş dərisinə sürülür və ondan saçların yuyulması üçün istifadə edilir.

Ağsaçlı qadınlar saçlarına qızılı rəng vermək üçün onları çobanyastığı dəmləməsi ilə yuyurlar.

Ətriyyat sənayesində çobanyastığı çiçəklərindən qidalandırıcı, vitaminli, yumşaldıcı kremlər, şampunlar, losyonlar hazırlamaq üçün istifadə edilir. Bir çox ölkələrdə çiçək və tər yarpaqlarından ədviyyat kimi işlədilir.

Çobanyastığının efir yağı likör cövhəri istehsalında da tətbiq edilir.

Bundan ABŞ, İngiltərə, Bolqarıstan ölkələrində tonusartırıcı, yuxugətirici çayların hazırlanmasında, Fransada isə çaxırların xoşiyli olmasında istifadə edilir.

Yadda saxlamaq lazımdır ki, digər bitki vasitələri kimi çobanyastığı vasitələrindən də uzun müddət (2–3 ay) istifadə edildikdə yaxşı nəticələr əldə edilir.

Nəhayət, onu da xatırlamaq istəyirik ki, ishala meyilli xəstələrə çobanyastığı vasitələri ehtiyatla verilir; onun dəmləməsi bəzi adamlarda göz qızarmasına, allergik xarakterli qaşınmaya səbəb olur.

Yığılması və qurudulması. Çobanyastığı çiçəkləri may ayından sentyabrədək əllə, yaxud xüsusi daraqla yığılır və tezliklə quruducu peçlərdə 40°C-də qurudulur. Çiçəkləri həm qurudanda, həm də saxlayanda günəş şüasından qorumaq lazımdır. Xammalda efir yağlarının miqdarı 0,3 %-dən az, nəmliklik 14 %-dən çox olmamalıdır.

Saxlanması. Çobanyastığı çiçəkləri quru, sərin və qaranlıq yerdə, kip bağlanan taxta və karton qutularda saxlanılır. Saxlama müddəti bir ildir.

Biz isə ilk dəfə olaraq çobanyastığının səbət çiçəklərindən boyaq ekstraktı hazırlayıb yun və ipək məmulatlarını sarı, tünd-sarı, parlaq-sarı, qızılsarı, sarı-narıncı, narıncı, narıncı-yaşıl, narıncı-qızılsarı, parlaq-narıncı, firuzəyi-yaşıl, tütünü-yaşıl, tütünü-qəhvəyi, açıq qəhvəyi, yaşımtil-tütünü, zeytunu və s. rəng və çalarlara boyadıq.

Təbii halda yayılan ərazilərin hər hektar sahəsindən 2–60 sentnerə qədər, əkilən sahələrdən isə 4–12 sentner quru xammal əldə etmək olar. Əkilən sahədən ildə 4–5 dəfə xammal (çiçək səbəti) tədarük olunur.

Amerika qitəsində aptek çobanyastığının müalicəvi xüsusiyyətlərinə oxşar *Chamonilla* növünə təsadüf olunur.

Çəmənin çobanyastığı Azərbaycan xalqının ən sevimli çiçəklərindən biri sayılır. Xalq arasında gəlinlər, yaşlı qızlar ondan çələng hazırlayıb saçlarına düzür, dil şəkilli çiçəklərini bir-bir qoparıb sevir-sevmir deyə özlərinə təskinlik verirlər. Aptek çobanyastığı çiçəklərinin iri, yarpaqlarının lələkvari formasına görə çəmənin çobanyastığından fərqlənir.

Müalicə məqsədləri üçün çəmənin çobanyastığını çiçək açan dövrdə toplayırlar.

Çəmənin çobanyastığından hazırlanan preparatlardan qankəsici, ağrı-kəsici, soyuqdəymə və sidikqovucu, qurdsalıcı vasitə kimi, spazm əleyhinə istifadə edilir.

Soyuqdəymə, öskürək, qızdırma, yüksək temperaturda. 3 çay qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb qaynama dərəcəsinə çatdırıb termosə tökün və 2–3 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 3–4 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 10–15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Qasıq yırtığı, babasil, yaşlılarda sidiyin saxlanmaması zamanı. 1 xörək qaşığı doğranmış quru otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün, zəif od üzərində qoyub 3–5 dəqiqə saxladıqdan sonra 2 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 2–3 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin. Bu ekstraktla xəstə nahiyəni gündə 4–5 dəfə yuyun.

Baş ağrılarında. Bunun üçün bərabər miqdarda, çobanyastığı, çiyələk və cökə çiçəyindən götürüb bir-birilə qarışdırın. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı 1 stəkan qaynar suya töküb qaynadın. Yarım saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən stəkanın 1/4 hissəsi qədər götürüb balla qarışdırıb qəbul edin.

Uşaqlıq qunaxmalarında. 2 xörək qaşığı doğranmış otundan götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və termosda 4 saat dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Xənazir xəstəliyində. 5 xörək qaşığı doğranmış otunun üzərinə 2 litr qaynar su əlavə edib zəif od üzərinə qoyun, 10 dəqiqə saxladıqdan sonra götürüb, 30 dəqiqə dəmləyin və süzüb 36–37^o temperaturda 10–15 dəqiqə vannasını qəbul edin.

Dəri, ekzema, səpgi, neyrodermitdə. Təzə qurudulmuş çəmən çobanyastığından hazırlanmış tozundan götürüb eyni miqdarda donuz piyi ilə qarışdırıb 2 gün otaq temperaturunda saxlayın. Gündə 1–2 dəfə xəstə nahiyəyə sürtün.

Həzm sisteminin nizama salınmasında. 40 q çobanyastığı çiçəyindən götürüb 30 q yarpız və bədrənc çiçəkləri ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb su hamamında 15 dəqiqə qarışdırmaqla saxlayın. 45 dəqiqə saxlayıb süzün, yeməyə 30 dəqiqə qalmış ekstraktı qəbul edin.

Yağlı və çivzə basmış dəri üçün. 2 stəkan narın hala salınmış çobanyastığı çiçəklərindən götürüb 3 litr soyuq suya töküb odun üzərində qaynama dərəcəsinə gətirib 5 dəqiqə qaynadın. Aldığınız ekstraktın 36–37^o temperaturda vannasını hazırlayıb 10–15 dəqiqə qəbul edin. Müalicə kursu 5–6 əməliyyatdan ibarət hesab edilir.

Gənclik «eliksirin» hazırlanması. Kofeüyüdəndən 100 q çobanyastığı çiçəyi, 100 q dariotu, 100 q solmazçiçəyi və 100 q tozağatı tumurcuğunu keçirin. Aldığınız toz qarışığını ehtiyatla şüşə bankaya töküb ağzını möhkəm bağlayın. Hər gün qarışıqdan (tozdan) 1 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküb 20 dəqiqə dəmləyin. Sonra aldığınız ekstraktdan stəkana töküb üzərinə 1 çay qaşığı bal qatıb gündə 2 dəfə acqarına, yəni yeməyə 20 dəqiqə qalmış, axşamlar isə yatmağa 2 saat qalmış qəbul edin. Bu zaman maddələr mübadiləsi güclənir, orqanizim uzun müddət yığılıb qalmış şlaklardan təmizlənir, ürək, qara ciyər, böyrək və mədəaltı vəzinin fəaliyyəti yaxşılaşır, damarların elastikliyi artır və sirrozun, infarktın və hipertoniyanın qarşısı alınır. Bu əməliyyatın 5 ildə 1 dəfə təkrar edilməsi məsləhətdir.

Mədədə olan yavaların müalicəsində. 1 xörək qaşığı çiçəyindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküb termosda dəmləyib süzün. Sonra aldığınız dəmləmədən gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə 15 dəqiqə qalmış qəbul edin. Qəbuldan sonra tez-tez sağ və sol tərəfiniz üstə uzanıb ekstraktın mədənin selikli qişasında bərabər yayılmasına şərait yaradın. Müalicə kursu 1 aydır.

Nyu-York şəhərinin əhalisi dərin və sakit yuxu yatmaq üçün 15 q çobanyastığı çiçəyindən götürüb 1 litr qaynar suya töküb 15–20 dəqiqə

dəmləyib süzür, sonra dəmləmənin üzərinə şəkər və qaymaq əlavə edib qəbul edirlər.

Dünya florasının tərkibində çobanyastığının 50-dən artıq növü yayılmışdır. Bunun Qafqazda 3, Azərbaycanda 2 növünə təsadüf edilir.

Qızılsəbət — *Solidaqo*

S. virgaurea gövdəsi düzduran, aşağı hissəsindən çılpaq, yuxarı hissədən budaqlanan, çoxillik ot bitkisidir. Gövdənin aşağı hissəsində yerləşən yarpaqları uzunsov lansetvari olduğu halda, yuxarıdakılar isə enli lansetvari-dir. Çiçəkləri boru və dilşəkili olub, sarı rəngdədir. Səbətciyi uzunsov süpürgəvari hamaşçiçəkdir. İyul–avqust aylarında çiçək açır, avqust–sentyabrda meyvəsi yetişir.

Adi qızılsəbət Azərbaycanın Quba, Lənkəran rayonlarında yayılmışdır. Bitkiyə orta dağlıq zonalardan başlamış, subalp sahələrə qədər rast gəlmək olar. Qızılsəbətə ən çox meşəliklərdə, kolluqlarda, dağ çəmənliklərində, eləcə də bağ və bostan sahələrində təsadüf etmək olar.

Bitkinin botaniki adı latın sözündən götürülərək «*solidare*» — «sağlamlığını möhkəmləndir», «*solidum agaere*» — «müalicə et», «sağalt» mənasını bildirir. Bitkinin adı isə qızılsəbət və ya qızıl çubuq adlanır. Qızılsəbət dərman bitkisi kimi elmə XVI–XVII əsrlərdən məlum olmuşdur. Hal-hazırda bir sıra Avropa ölkələrində bundan hazırlanan preparatlarının köməyiylə bir çox xəstəliklər müalicə olunur.

Dərman məqsədləri üçün bitkinin yuxarı hissəsində yerləşən və yarpaqlarla əhatə olunan budaq və hamaşçiçəklərindən istifadə olunur. Dərman məqsədləri üçün bitkini çiçək açan zaman toplamaq məsləhətdir. Bitkini çiçəyi solan zaman topladıqda isə qurudulmuş xammal didilir, dağılmağa başlayır. Toplanmış xammal daimi meh vuran kölgə yerlərdə qurudulmalıdır.

Qızılsəbət otunun tərkibindən efir yağı, flavonoid maddələri, acımtıl maddə və fenol birləşmələri aşkar edilmişdir. Bitkidən hazırlanan cövhər, dəmləmə, məlhəm və preparatlardan bir sıra soyuqdəymədə, sidikqovucu, ödqovucu, büzüşdürücü vasitə kimi istifadə edilir. Bundan başqa bitkidən hazırlanan preparatlar böyrək, sidik kisəsi və öd yollarında olan daşların əridilib orqanizmdən kənar edilməsində işlədilir. Qızılsəbət preparatlarından istifadə edən zaman sidiyin qələvilik xüsusiyyətləri artır, bunun nəticəsində urat və oksalat turşuları parçalanıb həll olunaraq böyrəkdən təmizlənir. Bundan əlavə bitkinin dəmləmə və cövhəridən sidik kisəsi iltihabı, xroniki prostat vəzinin, plevrit, pielonefrit və s. xəstəlikləri də müalicə edirlər. Yaşlı qoca adamlarda baş verən böyrək və sidik pozuntularının aradan qaldırma-

sında, qanın təmizlənməsində və s. istifadə edilir. Onu da qeyd etmək lazımdır ki, qızılşəbətdən uzun müddət istifadə etmək olmaz.

Qızılşəbətdən cövharin hazırlanması. 1 xörək qaşığı doğranmış qızılşəbətdən götürüb 1 stəkan qaynar suda soyuyana qədər dəmləyin. Sonra süzüb gündə 3 dəfə yeməkdən 20–30 dəqiqə qabaq stəkanın 1/3 hissəsi qədər daxilə qəbul etmək lazımdır.

Oynaq və rematizm xəstəliklərinin müalicəsində qızılşəbətin soyuq dəmləməsindən istifadə etmək məsləhət görülür.

Soyuq cövharin hazırlanması. 2 xörək qaşığı doğranmış qızılşəbətdən götürüb, 1 stəkan qaynadılmış soyuq suya töküüb 4 saat saxlayın. Sonra süzüb gündə 4 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməkdən qabaq qəbul edin.

Qızılşəbətlə müalicəni 15 gün davam etdirmək məsləhətdir. 15 gündən sonra 1–2 ay istirahət verdikdən sonra müalicəni yenidən sağalana qədər davam etdirin.

Xroniki prostat vəzini müalicə etmək üçün aşağıdakı yığımdan istifadə etmək məsləhət görülür. Bunun üçün eyni miqdarda qızılşəbət, qatırquyruğu, hamar herniyar, gicitkən götürüb su hamamında 15 dəqiqə qızdırdıqdan sonra soyudub süzün. Sonra gün ərzində yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış 3–4 dəfə daxilə qəbul edin.

Qızılşəbət bitkisini asanlıqla əkib-becərmək olar. Qızılşəbət bitkisi turş və karbonatlı torpaqlarda yaxşı inkişaf edib, bol məhsul verir. Bitkini toxum və kök pöhrələri ilə yaz və payız aylarında əkib-becərirlər. Aparılan təcrübələrdən məlum olmuşdur ki, bitkini yaşıl zoğları vasitəsilə də artırmaq mümkündür. Qızılşəbəti bir-birindən 60x15–20 sm qida sahəsi olmaqla əkməyi məsləhət görülür. Bitki mineral gübrələrə çox həssasdır. Susuzluğa davamlıdır. Quraqlıq keçən illərdə ayda bir dəfə suvarma işləri aparılır.

Banan — *Musaceae* fəsiləsi

Banan — «Ağıl qidası» — *Musa*

Banan cəngəllik bitkisi olmasına baxmayaraq, öz qiymətli keyfiyyətinə görə hal-hazırda dünyanın əksər ölkələrinin bazarlarının daimi «sakin»inə çevrilmişdir. Hindistanda bananı «ağıl qidası», «müdrük qida» meyvəsi adlandırırlar. Qəribədir ki, bir çox şərq aləminin filosof və yoxları bütün həyatı boyu banan meyvəsi ilə qidalanmışlar. Hal-hazırda banan alma və kartof kimi bizim gündəlik tələbatımız olan qidaya çevrilmişdir. Bananın tərkibi az kalorili olmasına baxmayaraq, sulu karbonların miqdarına görə alma və kartofdan iki dəfə artıqdır. Bananın tərkibində olan nişasta meyvə yetişdikcə asan həll olan şəkərə çevrilir. Bundan başqa bananın tərkibində insanların sağlamlıq durumlarında mühüm əhəmiyyət kəsb edən Na, Ca, Fe, P, Mn, B₆, C, PP və s. makro və mikroelementlərlə yanaşı vitaminlərin zən-

gin spektrləri vardır. V.P.Alekseyevə görə (1955), bananın ətli hissəsinin tərkibində 72–75 % su, 21,9–25,0 % sulu karbohidratlar, 1,3–1,5 % zülal, 0,09–0,6 % piyli maddə, 0,8–0,9 % kül, 30,0–50,1 % saxaroza, 5,58–13,94 % fruktoza, 8,6–17,47 % qlükoza, 0,94–1,0 % aşı, 0,41–1,07 % fitin quru çəki hesab ilə), 5,0–332 % A, 46–62 B, 6–14 C, 87–88 riboflavin və s. maddələr aşkar edilmişdir. Banan çox keyfiyyətli qida məhsulu hesab edilir. Ondan 2–3 ədəd yedikdə gün ərzində aclıq hiss etmirsən. Banan tərkibindəki K elementinin çoxluğuna görə meyvələr arasında «çempion» hesab edilir. Belə ki, 100 q banan meyvəsinin tərkibində 376 mq% K elementi aşkar edilmişdir. Banan ən çox ürək sancmalarında və hipertoniya əziyyəti çəkən xəstələr üçün daha sərfəli hesab edilir. Hipertoniya xəstələrə hər gün 1–2 ədəd banan yemək məsləhət görülür.

Yetmiş banan meyvəsi ödqovucu, sidikqovucu, qara ciyər və böyrək xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə edilir. Banandan mədə və onikibarmaq bağırsaqla baş verən yaraların müalicəsində də istifadə edilərək gözəl nəticələr əldə edilir.

Banan meyvəsindən müalicə preparatlarının hazırlanması.

Hipertoniya, ürək işemiyasında, depressiya və yorğunluğun aradan qaldırılması üçün. Gündə 2 ədəd sarı rəngli banan yemək məsləhət görülür. Bananı yeməkdən bir saat sonra qəbul etsəniz daha yaxşı olar.

Pielonefrit, sidik kisəsi daşlarının, öd kisəsinin zəifləməsində. Bunun üçün hər yeməkdən yarım saat sonra yarı hissə yetişmiş banan yeyin. Bananı əzib qəbul edin.

Mədə və onikibarmaq bağırsaqla yaraları və gastroenterokolit zamanı. Yetmiş bananı götürüb sıyıq halına salın. Sonra üzərinə 1 xörək qaşığı zeytun yağı əlavə edib qarışdırın. Aldığımız qarışıqdan hər iki saatdan bir 1–2 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicəni ağrılar çəkilib qurtarana qədər davam etdirin.

Əsəb və həyəcanlanma zamanı. Yeməkdən sonra gündə 3–4 dəfə yarım yaşıl banan yeməyiniz məsləhətdir.

Vərəm, osteoxondroz, revmatizm, həmçinin qalxanvari vəzi xəstəlikləri zamanı. Gündə 1 ədəd yetişmiş bananı qabıqla qəbul edin.

Çəkinizdə anormallıq olan zaman (kökəlmək istəyirsinizsə). Yeməkdən sonra gündə 3 ədəd yetişmiş banan meyvəsi yemək məsləhətdir. Müalicəni çəkiniz normal hala düşənə qədər qəbul edin.

Miqren (başın bir yarısında əmələ gələn əsəb ağrıları) zamanı. Əsəbi ağrı baş verən zaman alın və boyun arxasına yetişmiş banan qabığını götürüb kompres edin.

Yanıq, səpgi, irinli səpmələr zamanı. Bunun üçün xəstə nahiyələrin üzərinə az yetişməmiş və yumşaq eyni zamanda bərk banan qabığını soyub kompresini istifadə edin.

Ziyillərin müalicəsində. Banan qabığını soyub ağ damarlanmış hissədən kəsib gündə 3–4 dəfə ziyil olan nahiyəyə sürtün. Axşamlar isə ağ hissədən kəsib ziyillərin üzərinə kompres kimi qoyub plastrla bərkidin. Müalicə kursunu ziyillər yox olana qədər davam etdirin.

Quru öskürək və boğaz ağrıları zamanı. Bunun üçün yetişmiş bananı süzgəcdən keçirib sonra alınan sıyığın üzərinə 2 stəkan qaynar su töküüb qarışdırın. Qarışığı su hamamında saxladıqdan sonra süzün. İliq hala saldıqdan sonra kiçik porsiyalarla bütün günü qəbul edin.

Bronxıt zamanı. Bunun üçün yetişmiş bananı əzib üzərinə 1 stəkan qaynar su və 1 xörək qaşığı şəkər tozu əlavə edib su hamamında qızdırın. Sonra gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər daxilə qəbul edin.

Artroz və ayaq damarlarında olan artritin müalicəsi zamanı. 4 ədəd banan qabığı soyub doğrayın, sonra üzərinə 3 stəkan araş əlavə edib 40 gün qaranlıq yerdə otaq temperaturunda saxlayıb süzün. Aldığımız cövhəri tənziyə hopdurub axşam yatmadan qabaq ağrıyan nahiyələrə sürtün. Müalicə kursu 20 gündür.

Tez-tez baş verən qəbizlik və həzm sistemi pozuntuları zamanı. Səhərlər acqarına 1 ədəd yetişmiş banan yesəniz bu çatışmazlığı aradan qaldırmış olarsınız.

Uşaqlarda dizenteriya zamanı. Bunun üçün əzlib sıyıq halına salınmış bananın üzərinə stəkanın 1/4 hissəsi qədər su əlavə edib qaynama dərəcəsinə gətirib, qarışdıraraq qarışdıraraq 5 dəqiqə bişirin. Alınmış püredən götürüb yeməklə birlikdə uşağa verin. Prosesi dizenteriya sağalıb qurtarana qədər davam etdirin.

Həzm sistemində baş verən qıcqırmaların, köpmənin, kəskin ağrıların, hıçqırtıların aradan qaldırılması zamanı. Şüşə bankaya 1 litr banan şirəsi töküüb üzərinə qurudulmuş əncir və yaxud kişmiş əlavə edin. Bankanı tənziyə örtüb, qıcqırana qədər isti qaranlıq yerdə saxlayın. 3 gündən sonra qıcqırmış məhlulu süzüb üzərinə 2 xörək qaşığı şəkər tozu, 1 xörək qaşığı kişmiş əlavə edin və butilkalara doldurub üzərini isti materialla möhkəm örtün. Qıcqırandan sonra soku soyuducuda saxlayın. Gündə 1 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməqabağı qəbul edin.

Qanazlığı və orqanizmi qüvvətləndirmək üçün. Bunun üçün 1 stəkan banan şirəsini qaynama dərəcəsinə gətirib, üzərinə 2 stəkan şəkər tozu əlavə edib orta dərəcə odda bişirin. Üzərində əmələ gələn köpüyü kənar etməklə daimi qarışdırın. Bişirməni şirənin 1/4 hissəsi buxarlanıb qurtarana qədər davam etdirin. Sonra soyudub alınan siropdan gündə 1–3 xörək qaşığı götürüb yaşıl çayın və yaxud ilıq suyun üzərinə töküüb yeməkdən yarım saat sonra daxilə qəbul edin.

Diqqət! Şəkərli diabeti olan xəstələr, qidanın pis həzm olunması və köpmə xəstəliklərinə tutulmuş insanlara təzə banandan istifadə etmək məs-

löhət görülmür. Banan güçlü işlədici xüsusiyyətə malik olduğundan onu acqarına yemək və sonra üstündən su içmək məsləhət görülmür.

Banandan bayram təntənələri üçün dadlı, faydalı xörək və içkilərin hazırlanması.

Banandan «Oladi Krepiş»ün hazırlanması. 1 stəkan un, 1 çay qaşığı quru mayonez, 2 ədəd yumurta, 1/2 stəkan süd, 6 ədəd iri yetişmiş banan, 1,5 xörək qaşığı şəkər tozu, 3 xörək qaşığı bitki yağı, zövqünüzə görə vanil və duz götürün.

Unu maya ilə birlikdə qazana töküb, üzərinə ehtiyatla qızdırılmış süd, 2 xörək qaşığı yağ və yumurta əlavə edib tam qarışdırın və xəmiri 10–15 dəqiqə isti yerdə saxlayın. Sonra bananı əzib sıyıq halına salıb, şəkər tozu, vanil, duz əlavə edib yenidən xəmirə qarışdırın. Tavanın dibini yağlayıb orta dərəcəli odun üzərinə qoyub olayanı bişirin.

Sağlamlaşdırıcı təsirə malik banan kreminin hazırlanması. 1 ədəd yumurta, 1 stəkan süd, 2 ədəd orta böyüklükdə banan, limon qabığından hazırlanmış toz, 1 xörək qaşığı kişmiş, zövqünüzə görə şəkər tozu götürün.

Yumurta köpük verənə qədər qarışdırıb üzərinə şirinləşdirilmiş süd, nazik doğranmış banan, qurudulmuş limon qabığı, kişmiş əlavə edib su hamamında bişirin. Bişirməni kütlə qatılana qədər davam etdirin. Sonra soyudub süfrəyə verin.

Banandan hazırlanan şirin qida. 3 ədəd banan, 4 xörək qaşığı şəkər tozu, 1 stəkan qaynadılmış su, çay qaşığının 1/4 hissəsi qədər limon turşusu götürün.

İri banan meyvəsini xırda hissələrə salıb, üzərinə 2 xörək qaşığı şəkər tozu əlavə edin və bir cinsli kütlə alınana qədər qarışdırın. Sonra stəkanın 3/4 hissəsi qədər su götürüb şəkər tozunun qalan hissəsini əlavə edib qaynama həddinə gətirib üzərinə gelatin, limon turşusu, əzilmiş banan əlavə edib od üzərinə qoyub qarşırı-qarşırı 30–40 dərəcəyə qədər qızdırın. Krem halına düşəndə formaya salıb soyuducuda yarım saat saxladıqdan sonra süfrəyə verin.

Banandan yeni il kokteylinin hazırlanması. 2 xörək qaşığı banandan hazırlanmış likör, stəkanın 1/2 hissəsi qədər limon qarışıqlı kokteyli, yetişmiş banan, 2 stəkan doğranmış buz parçası, bir neçə ədəd doğranmış limon dilimi götürün.

Limon qarışığının hazırlanması. Stəkanın 3/4 hissəsi qədər limon şirəsi, 6 xörək qaşığı şəkər tozu, 3 xörək qaşığı çalınmış köpük formalı yumurta zülalı götürün. Qızdırılmış qabın içərisinə 4 xörək qaşığı su töküb yavaş-yavaş şəkər tozu əlavə edib qatı sirop alınana qədər bişirin. Sonra odun üzərindən götürüb üzərinə limon şirəsini, köpükləşmiş yumurta zülalını, banan şirəsini, xırdalanmış banan hissələrini əlavə edin. Qədəhin 2/3 hissəsini

buzla doldurub, üzərinə aldığınız qatı kütləni əlavə edin və üzərini limon dilimləri ilə bəzəyib süfrəyə verin.

Kommelina — *Commelinaceae* fəsiləsi **Tradetskansiya — *Tradetskansiya***

XX əsrin 60-cı illərində ən dəbdə olan, sevilə-sevilə əkilib-becərilən və qulluq göstərilən bitkilərdən biri də tradetskansiya hesab edilirdi. Bu bitki xəstəxanaların, bankaların, pəncərələrin və s. yerlərin bəzədilməsində geniş istifadə edilirdi. Bitkini sadəcə olaraq xəbərçi adlandırırdılar.

Bir-birilərilə gözəl əlaqədə olan yarpaqlı budaqlar aşağı doğru sallana-raq təmtəraqlı, parlaq-yaşıl rənglər əmələ gətirirlər. Özünün məşhurluğu ilə xalq arasında sevilən tradetskansiya təkcə gözəlliyi ilə yox az qulluq tələb etdiyinə görə də sevilir. Bitki günəşə tərəf olan kölgəli pəncərələrdə yaxşı inkişaf edir.

Bitki əkildiyi dibçəkdə olan torpağın həmişə nəmli olmasını sevir.

Tradetskansiyada olan müsbət enerji evdə yaşayan insanlara sevinc gətirir, onların əhvali-ruhiyyəsini yaxşılaşdırır, insanları xoşagəlməz emosiyalardan, pis fikirlərdən və kədərdən uzaqlaşdırır. Evdə tradetskansiya bitkisini yataq otağına qoysanız onda siz səhərlər yuxudan gümrəh vəziyyətdə oyanacaqsınız. İnsana həyat xoşbəxtliyi bəxş etməyə «can atan» xəbərçinin iş otaqlarına, ofislərə qoyulması daha münasibdir. Bitki iş adamlarında yeni yaradıcılıq ideyalarının yaranmasına köməklik göstərir.

Bitki XVII əsrdə yaşamış, I Karın bağında qulluq edən botanik Tradeskantin şərəfinə adlandırılmışdır.

Tradetskansiyanın yarpaqlarından hazırlanan şirə gözəl antiseptik, yaraşaldıcı və şəkər əleyhinə vasitə hesab edilir.

Tradetskansiya bitkisindən müalicəvi preparatların hazırlanması.

Şəkər xəstəliyi zamanı. Köməkçi vasitə kimi 2 xörək qaşığı doğranmış tradetskansiya yarpağından götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküb 1 saat saxlayıb, süzün. Gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qəbül qəbul edin. Müalicə kursu 3–4 həftədir. Bir ay istirahət verdikdən sonra müalicəni yenidən təkrar edin.

Vərəm xəstəliyində. 3 xörək qaşığı doğranmış tradetskansiya bitkisinin yarpaq və gövdəsindən götürüb 1/2 stəkan soyuq qaynanmış suya töküb, 2 saat saxlayıb süzün. Alınmış ekstraktından gündə 3 dəfə yeməqabağı 1 xörək qaşığı qəbul edin. Təzə şirəsini hər gün hazırlayıb qəbul edin. Müalicə kursu 1 aydır. İki həftə istirahət verdikdən sonra müalicəni təkrar edin.

Mədə yarası zamanı. Əlavə köməkçi vasitə kimi 3 xörək qaşığı doğranmış yarpağından götürüb 1 stəkan arağın içərisinə töküb, 1 həftə soyuq

qaranlıq yerdə saxlayıb süzün. Alınmış cövhərdən gündə 2 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə bir saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 7–10 gündür.

Zökəm, bir sıra soyuqdəymələrdə və qripə qarşı profilaktika tədbirləri. 2 xörək qaşığı doğranmış yarpaq və budaqlarından götürüb 0,5 litr qaynar suya tökün və od üzərinə qoyub 2–3 dəqiqə bişirib, 2 saat saxlayıb süzün. Alınmış cövhərdən boğazınızı qar-qara edin və 5–6 dəfə burnunuzu yuyun. Müalicə kursu tam sağalana qədərdir.

Yaraların, cızıqların, kəsiklərin, irinli yaraların və tromboflebitlərin müalicəsində. Yaraları yuyub təmizləyin, yarpağından alınmış sıyıqdan yaxıb bintlə bağlayın. Əməliyyatı günəşin təkrar edin. Müalicəni yaralar tam sağalana qədər davam etdirin.

Qabar və döyənəklərin müalicəsində. Yarpağından götürüb qabar və döyənəklərin üzərinə qoyun və plastrla bərkidib saxlayın. Nə vaxt ki, yarpaqlar solmağa başladı, onları yenisi ilə əvəz edin.

Parodontoz zamanı. Hər gün yarpağından alınmış şirəni dişin dibinə sürtün.

«Qızıl biğ» və yaxud ətirli kalliziya (Ətirli pektantera)

Bu çoxillik ot bitkisi olub Mərkəzi və Cənubi Amerikanın və Meksikanın ərazilərində yayılmışdır. Cinsə 12 növ daxildir. Rusiyada eləcə də digər Şimal ölkələrində isti oranjəriya şəraitində bitkinin 1 növü — ətirli kalliziya əkilib-çoxaldılır. Rus xalqı ətirli kalliziyanı müxtəlif adlarla — Qızıl biğ, Uzaq Şərq biği, Veneranın tükü, canlı tük, qarğıdalı saçağı, otaq jənşeni və s. adlarla çağırırlar.

Ətirli kalliziya iri bitki olub iki cür zoğdan ibarətdir — birincisi düzduran, ətli, xarici görünüşcə qarğıdalıya oxşayıb, 70–160 sm hündürlüyündə, 20–30 sm normal inkişaf edən yarpağının eni 5–6 sm-dir. O biri zoğu isə üfqi (biğ) inkişaf etməyən yarpaqlardan ibarətdir. Biğləri «oynaqçıqlardan» ibarət olub, qutaracağında süpürgəvari yarpaqlar əmələ gətirir. Bitkiyə yaxşı qulluq etdikdə bəzən çiçək əmələ gətirir. Çiçəkləri xırda, ətirli, möhkəm şişmiş tumurcuqlardan ibarət olub süpürgə hamaşçıçək əmələ gətirir. Xoşagəlməli ətiri sünbülçəyinin iyini xatırlatdığına görə-ətirli kalliziya (ətirlipektantera) adı verilmişdir. Bitki o vaxt müalicəvi təsirə malik olur ki, onun qəhvəyi-bənövşəyi rəngli lianabənzər zoğundan 9 ədəddən az olmayan yaralı «oynaqçıqlar» əmələ gətirsin.

«Qızıl biğ» — «zolotoy us» ətirli kalliziya çox qərribə bitkidir. Müalicə xüsusiyyətlərinə görə az bitki tapılar ki, onunla müqayisə edəsən. «Qızıl biğ» patogen mikroblarını məhv edir, ağrını azaldır, mədəaltı vəzin funksiyasını qaydaya salır, dalağın funksiyasını normalaşdırır, şlakları orqanizm-

dən kənar edir, qatılaşmış bəlgəmi əridib bronxları təmizləyir, astmatiklərdə baş verən bronx şişlərinin qarşısını alır və s.

Bitkidən alınan şirəni «canlı su» adlandırmaq olar. O, dəri xəstəliklərini: çiban, kəsik və yaraları yaxşı müalicə edir. Meksikada «qızıl bığ» xüsusi yerlərdə əkilib-becərilir. Bu bitkini yaraların, kəsiklərin üzərinə yapışdırıb müalicə edirlər. «Qızıl bığ» yüksək dezinfeksiyaedici xüsusiyyətlərinə malik olduğu üçün onun sulu çıxarışını 1 ay xarab olmadan soyuducuda saxlamaq olar.

Elmi ədəbiyyatlarda ətirli koliziyanı səhf olaraq «qızıl bığ» ətirli kalliziya, ətirli rektantera, buket formalı dixorixandra adlandırılır. Bəs bunlardan hansı düzgündür?

Bitkinin elmi adı ətirli pektantera adlanır. İnternet səhifələrində, müxtəlif jurnal və qəzetlərdə çap olunan məqalələrdə bitkinin digər adı — gül dəstəsi dixorixandradır. Bu morfoloji quruluşuna görə ətirli kalliziyaya oxşasa da heç bir malicəvi xüsusiyyətlərə malik deyildir. Xalq arasında «qızıl bığ» ev jənşeni, qarğıdalıyabənzər, Uzaq Şərqli və yaxud venortüklü və s. adlandırırlar. Bəs kalliziya ilə dixorixandreni bir-biriləri ilə necə fərqləndirmək olar?

– Birinci onların çiçəkləri bir-birindən kəskin sürətdə fərqlənir. Dixorixandra iri, parlaq-bənövşəyi salxım çiçəyə malik olduğu halda, kalliziya — «qızıl bığ» ox əmələ gətirir ki, bu da adi halda bir neçə sıx dəstəşəkilli kiçik ağ rəngli çiçəklər açır. İkinci dixorixandr «qızıl bığ»dan fərqli olaraq bığ buraxmır, yarpağını kəsdikdə nazik uzun sap (tük) əmələ gətirmir.

V.N.Oqarkovanın qızıl reseptləri: «... «qızıl bığ» mədə-bağırsaq sistemini və pankreatiti gözəl müalicə edir. Müalicə üçün ancaq bitkinin yarpaqlarından alınmış ekstraktlardan istifadə edilir».

Uzunluğu 20 sm olan 1 ədəd yarpaq yaxud uzunluqları 10 sm olan 2 ədəd yarpağından götürüb xırda hissələrə salın və 0,7 litr suya töküüb qaynadın. Bişirib yun parça ilə üstünü örtüb, 1 gün saxlayıb süzün. Sonra isti halda dəmləmədən 50–70 ml gündə 3–4 dəfə yeməyə 40 dəqiqə qalmış qəbul edin. Aldığınız bu ekstraktan mədə-bağırsaq soyuqdəymələrində və pankreatit xəstəliyinin müalicəsində istifadə etmək olar.

Mədə yarasının müalicəsində. 25 q kərə yağı, 1 xörək qaşığı smetan və təzə yumurta götürün. Yaxşı olar ki, götürdüyünüz məhsullar təzə olsun. Komponentləri çox da böyük olmayan şüşə stəkana töküüb su hamamında qızdırın və əzib eynicinsli maddə şəklinə salın. Alınmış qarışıqdan gündə 3 dəfə yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin. Yarım saatdan sonra isə stəkanın 1/2 hissəsi qədər «qızıl bığ» ekstraktından qəbul edin. Müalicə kursu 1 aydır.

Məşhur xalq təbabətçisi A.A.Exina mədə yarasını müalicə etmək üçün aşağıdakı üsuldən istifadə etməyi məsləhət görür. 60 q yaxşı keyfiyyətli propolisdən götürüb əl vasitəsi ilə xırda şar formasına salıb, üzərinə

250 ml 96%-li tibbi spirti tökün. Ekstraktı hər gün çalxalamaqla qaranlıq yerdə 7 gün saxlayın. Yenidən 1 həftə də çöküntü qabın dibinə çökənə qədər saxlayın. Bu vaxt ekstraktın rəngi xoşagələn konyak rəngi alacaqdır. Ekstraktın rəngi çox tünd olarsa bir az da spirt əlavə edin və şüşə butilkaya və yaxud bankaya töküb, çöküntünü tullayın. Sonra 60–70° istilikdə olan «qızıl biğ»in ekstraktından 1 çay qaşığı götürüb propolisin tərkibinə qatıb (qarışdırmaq şərtilə) gündə 2–3 dəfə yeməyə 1saat qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 2–3 həftədir.

Diqqət! Müalicə zamanı spirtli içkilər içmək məsləhət görülmür.

Sonsuzluğun, fibromioma, miomanın və kistanın (şişin) müalicəsi üçün. Lianvari uzanmış gövdədən çıxmış 30–35 ədəd qəhvəyi-yasəmən rəngində olan zoğundan kəsin, doğrayıb şüşə bankaya və yaxud butilkaya töküb, üzrinə 0,5 litr araş əlavə edin. Ağızını örtüb qaranlıq yerdə 2 həftə saxlayıb süzün. Aldığınız cövhərin rəngi yasəmən rəngini xatırladacaqdır. Uzun müddət saxladıqda ekstrakt qəhvəyi rəngə çevriləcəkdir. Lakin bu proses ekstraktın müalicəvi təsirinə heç bir mənfi amil göstərməyəcəkdir. Aldığınız cövhərdən səhər və axşam qəbul etmək məsləhət görülmür. Birinci dəfə cövhərdən 10 damcı götürüb 2 xörək qaşığı suya töküb qurtum-qurtum için. O birisi gün 11 damcı, sonra 12 damcı, nəhayət 35 damcıya çatdırıb qəbul edin. Sonra əməliyyatın tərsinə 35–34–33, ən nəhayət ilk başlanğıca yəni 10 damcıya çatdırıb müalicəni dayandırın. Əməliyyatı il ərzində 4–5 dəfə təkrar edin. Kurs müalicədən sonra bir həftə istirahət edin. Sonra II, III, IV və V kursu təkrar edin. Müalicə dövrü «qızıl biğ»dan hazırlanmış dəmləmə ilə xəstə nahiyələri yuyun. Bunun üçün «qızıl biğ»in 25 sm uzunluğunda olan yarpağından götürüb doğrayıb 1 litr qaynar suya töküb zəif od üzərinə qoyun və 10 dəqiqə bişirin, sonra götürüb 1 saat dəmləyib süzün. 10 damcı krealindən (bu preparat baytar apteklərində satılır) götürüb «qızıl biğ»dan hazırlanmış dəmləməyə əlavə edib qəbul edin. Mioma zamanı isə mastadion və indol-3-karbinoldan (qəbul qaydası preparatın qutusunun içərisində verilir) istifadə edin.

Orqanizmin immunitetinin möhkəmləndirilməsi üçün. 2 ədəd (uzunluğu 15 sm olmaqla) yarpaqlarından götürüb doğrayın və 70%-li 1,5 litr spirtin üzərinə töküb iki həftə isti yerdə dəmləyib süzün. Cövhərdən 10 damcıdan 25 damcıya qədər götürüb 30 ml su ilə qarışdırıb gündə 2 dəfə yeməyə 40 dəqiqə qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 1,5 aydır. 10 gün istirahət etdikdən sonra müalicəni davam etdirin. Hərgah sizin orqanizminiz çox zəifdirsə onda preparatın dozasını 35 damcıya qədər qaldırın, gündə 3–4 dəfə qəbul edin. Müalicə kursu 52 gündür. 10 gün istirahət verib müalicəni yenidən davam etdirin. Müalicə kursunu ildə 4 dəfə təkrar edin. Orqanizmi möhkəmləndirmək üçün balzamdan da istifadə etmək olar. Bunun üçün şüşə bankaya 200 q bal, 2 diş doğranmış sarımsaq, 3 ədəd çox iri olmayan limonun şirəsi-

ni, uzunluğu 10–15 sm olan «qızıl bıç»ın zoğlarını götürün. Zoğları yaxşı-yaxşı doğrayın və yaxud şirəsini çıxarıb şüşə bankaya töküüb 1 həftə saxlayın. Aldığınız balzamdən gündə 2 dəfə 2 xörək qaşığı, 10 dəqiqə keçdikdən sonra yenidən 2 xörək qaşığı qəbul edin. Bu balzamdən 2–3 həftədən artıq istifadə etmək məsləhət görmürlür.

Trofiq yaraların, əzilmiş nahiyələrin, müxtəlif dəri xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunan mazın hazırlanması. 1 hissə «qızıl bıç»ın şirəsindən götürüb 3 hissə uşaq kremi ilə qarışdırın (bu zaman təbii donuz piyindən və yaxud vazelindən) istifadə etmək olar. Götürdüyünüz komponentləri yaxşı-yaxşı qarışdırın və xəstə nahiyələrə sürün. Aldığınız mazdan həmçinin artrit, bronxit və damar ağrılarında istifadə etmək olar.

Aterosklerozun müalicəsində. 12 ədəd biğcıqdan götürüb doğrayın. 0,5 litrlik bankaya töküüb 14 gün qaranlıq, isti yerdə saxlayın. Sonra süzüb gündə 4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 30 damcı 50 ml suya töküüb qəbul edin. Müalicəni 10 gün davam etdirdikdən sonra 3 gün ara verib, müalicə kursunu təkrar edin.

Stenokardiya zamanı. 1 ədəd yarpaqları ilə birlikdə 40 sm uzunluğunda olan gövdəsindən kəsib xırda hissələrə salın və 1:1 nisbətində bal ilə qarışdırın. Sonra aldığınız məlhəmdən gündə 3 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 1 xörək qaşığı qəbul edin. Bu reseptlə soyuqdeymə xəstəliklərini də müalicə etmək olar. Müalicə kursu 14 gündür. 5 gün istirahət verdikdən sonra müalicəni təkrar edin.

Ostexondroz, artirit və artroz zamanı istifadə olunan mazın hazırlanması. Uzunluğu 1m olan bütün bitkini doğrayıb şirəsini çıxarın. Sonra qurudub alınan kütləni 1:2 nisbətində yağla qarışdırıb 3 həftə saxlayın və süzüb istifadə edin.

Sınıq və zədələnmələr zamanı. «Qızıl bıç»dan hazırlanmış cövhərdən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. Müalicəni 10 gün davam etdirib, 1 həftə istirahət verdikdən sonra müalicəni yenidən təkrar edin.

Qan və ürək-damar xəstəlikləri zamanı. 12 ədəd biğcığından götürüb xırda hissələrə salıb 70%-li 0,5 litr spirtin üzərinə töküüb 2 həftə saxlayıb süzün. Sonra aldığınız cövhərdən 15 damcı 100 ml suda həll edib gündə 3 dəfə yeməyə 20 dəqiqə qalmış qəbul edin. Ekstraktdan 10 gün qəbul edib, 5 gün istirahət edin. Cövhərdən hər gün eyni saatda qəbul etməyə çalışın. Bu sizin damarınızı təmizləyər və möhkəmləndirər.

Diqqət! «Qızıl bıç»dan uzun müddət istifadə etməyi məsləhət görmürlər. Belə ki, bundan uzun müddət daxilə qəbul edilən zaman səs tellərinə mənfi təsir edib, səsin batmasına gətirib çıxara bilər. Sonra səsin açılması çox çətin olur. Bəzən isə səs açılmaz. Buna görə bitkidən istifadə edən zaman reseptlərdə göstərilən miqdarlara ciddi fikr verin və həkimin məsləhətinə əməl edin.

18 yaşına qədər olan uşaqların bu bitkidən istifadə etmələri yolverilməzdir.

«Qızıl bığ»ı əkib-becərmək çox asandır. 2–3 bığcığı olan zoğundan kəsib suda saxlayın. Gördünüz ki, kök verməyə başlayır, götürüb dibçəyə köçürün. «Qızıl bığ»ı yaxşı olar ki, dibçəkdə əkəsiniz. Belə ki, qırmızı kərpici götürüb paxla boyda hissələrə salıb, torpaq və 10–20% çay qumu ilə qarışdırıb əkin. «Qızıl bığ» istiliyi, işığı və suyu sevən bitkidir. Ona görə də həmişə onu işıqlı və isti yerə qoyun. Yay aylarında balkonlarda və heyətyanını əkin sahələrində yaxşı inkişaf edib bol məhsul verir.

Bitki formalaşmağa başlayan dövrdə özündən liana bənzər bığlar və bığcıqlar buraxmağa başlayır. Liana bənzər gövdəsinin qurtaracağına yaxın yerdə rozetşəkilli yarpaqlar və bığcıqlar əmələ gətirir. Bitki o vaxt müalicə xüsusiyyətlərinə malik olur ki, bu zaman o qəhvəyi-bənövşəyi rəngli 9 ədəd müalicəyə yararlı buğumlar əmələ gətirsin.

DƏRMAN BİTKİLƏRİ İLƏ QADIN VƏ KİŞİLƏRDƏ BAŞ VERƏN KLİMAKSİN MÜALİCƏSİ

Statistik məlumatlara görə dünya əhalisinin hər 100 nəfərindən 4–6 nəfərində hormon maddələri çatışmır. Bizim dövrümüzdə hormon çatışmazlığı orqanizmdə bir sıra müalicəsi çətin başa gələn xəstəliklərin baş qaldırılması ilə müşahidə edilir. Bəzi adamlar hormon çatışmazlığına adi hal kimi baxırlar. Bəziləri isə deyirlər hormon çatışmır, qoy çatışsın, bu da xərçəng, SPİD, ağ qan xəstəliyi deyil ki, bir iki həb atacağıq çıxıb gedəcəkdir. Orqanizmdə hormon çatışmazlığı zamanı bir sıra qorxunc xəstəliklərin əmələ gəlməsi ilə yanaşı immunitetinin aşağı düşməsi halları da baş qaldırır.

Qadınlar uzun müddət gənc, gözəl və cazibədar görünməyin arzusu ilə yaşamışlar və yaşayırlar. Bu gözəl məxluq yaradan tərəfindən qarşısı alınmayan bir bəlaya düşər olmuşlar.

Belə ki, 45 yaşından sonra qadın orqanizmində ən vacib element sayılan — hormon çatışmazlığı baş verir. Təbiət qadınlarda baş verən bu xəstəliklərin qarşısını almaq üçün çarəsini də bəxş etmişdir. Alimlər öyrənib isbat etmişdir ki, elə bitkilər vardır ki, bunların tərkibində olan fitohormonları — təbii hormonların analoqu hesab etmək olar. Qadın orqanizmi bu hormona olan tələbatını gündə 3 stəkan cökə çiçəyindən hazırlanmış çay və bir neçə ədəd kərəviz budaqları yeməklə əvəz edə bilər. Bundan başqa orqanizmdə hormon ifraz edən vəzlərin fəaliyyətini artırmaq üçün 150 ml təzə kökdən alınmış şirəni, 50 ml təzə çuğundurdan hazırlanmış şirə ilə qarışdırıb 10 gün qəbul etməklə nizama salmaq olar. Həmçinin hər səhər 1–2 ədəd polivitamin — undevit, dekamevit, kvademit, lesiton və E vitamini qəbul etməklə qadın yumurtalığının hormon sisteminin fəaliyyətini nizama salmaq mümkündür. Mütəxəssislər orqanizmdə hormon mübadiləsini nizama salmaq üçün bir ay mütəmadi olaraq aralıyadan (gəcəvərdən) hazırlanmış cövhərdən gündə 2–3 dəfə 30–40 damcı qəbul etməyi məsləhət görürlər. XX əsrin əvvəllərindən başlayaraq ingilis xanımları çaylarına aralıya cövhəri əlavə edib içər və klimaksın ağır fəsadlarından özlərini xilas edərmişlər.

Diqqət! Əsəb gərginliyinə, yüksək stressə, yuxusuzluğa, hipertoniyaya düşər olmuş qadınlara aralıya cövhərindən qəbul etmələri məsləhət görülür.

Hormon təbiətli bitkilərdən biri də meşə gözəlidir.

Meşə gözəli «Qadın jənşeni», ayıfütəyi dünyada məşhur olan bitki.

Bu bitki haqqında nə demək olar? O harada bitir? Onu haradan tapmaq mümkündür?

Qalxanabənzər vəzi xəstəliyi, maddələr mübadiləsi pozuntuları, diabet, qadın sonsuzluğu və orqanizmdə baş verən digər pozuntuların hamısı hormon çatışmazlığı ilə baş verir. Orqanizmdə hormon çatışmazlığı zamanı

həkimlər dərman yazıb bu çatışmazlığı aradan qaldırırlar. Bizim ulu babalarımız orqanizmdə hormon çatışmazlığını aradan qaldırmaq üçün tütəkotu suyu qəbul etməyi məsləhət görürdülər.

Meşəmələyi — *Angelica archangelica*. Əfsanəyə görə Mixail Arxangel minlərlə insanı taun xəstəliyinin cəngindən məhz meşə mələkotundan hazırladığı dəmləmə, cövhər və tozlarla xilas etmişdir. Müasir şərq təbabətində meşə mələkotu öz müalicəvi xüsusiyyətləri ilə jenşenlə müqayisə edilir. Ondan alınan preparatlar cinsi orqanların, nevralgıyanın, artrit, göbələk xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə edilir. Həmçinin beyin qan dövrəni pozuntularında, yaddaşın möhkəmləndirilməsində işlədilir. Meşə mələkotu tərkibində saxladığı hormon tərkibli maddələrin köməyi ilə orqanizmdə baş verən hormon çatışmazlığını aradan qaldırır onun normal fəaliyyət göstərməsini təmin edir. Bitki ən çox qadın orqanizmində baş verən hormon çatışmazlıqlarının aradan qaldırılmasında istifadə edilir. Çində hədə yerə meşə mələkotunu «qadın jenşeni» adlandırmırlar. Mələkotu preparatları qadınlarda baş verən anemiyaların aradan qaldırılmasında tətbiq edilir. Farmakoloqlar meşə mələkotundan aldıkları dərman preparatlarından beyin qabığında baş verən qan dövrəni pozuntularının aradan qaldırılmasında geniş istifadə edirlər. Hal-hazırda mələkotu preparatlarının köməyi ilə böyrəkdə psoriaz xəstəlikləri müalicə edilir. Bütün cənub-şərq ölkələrinin əhalisi tərəvəz bitkisi kimi meşə mələkotunun geniş plantasiyalarını salıb becərir və ondan müxtəlif qida məhsulları istehsal edirlər. Şərq və Asiya xalqlarının uzunömürlü olmalarının sirləri bəlkə də bu bitkilərin tərkibindəki bioloji aktiv maddələrin təsirlərindən baş verir.

Müalicə məqsədləri üçün bitkinin kök hissəsini payız aylarında toplayırlar. Kökünün tərkibindən efir yağı, kumarin, aşı və s. maddələr aşkar edilmişdir.

Meşə mələkotundan dərman preparatlarının hazırlanması.

1. 1 xörək qaşığı doğranmış kök hissəsindən götürüb 100 ml qaynar suyun içərisinə töküb 2 saat dəmləyib süzün. Sonra kökün üzərinə yenidən 200 ml su əlavə edib 1 saat isti yerdə dəmləyib hər iki ekstraktı bir-biri ilə qarışdırıb gündə 5–6 dəfə 100 ml yeməqabağı qəbul edin.

2. 50 q kökündən götürüb 0,5 litr arağın üzərinə töküb 2 həftə saxlayıb süzün. 1 çay qaşığı götürüb suya daxil edib gündə 3 dəfə yeməqabağı qəbul edin və yaxud 1 xörək qaşığı kökündən götürüb 300 ml qaynar suya töküb su hamamına qoyub 30 dəqiqə saxlayın. Sonra əvvəlki vəziyyətinə gətirib gündə 3 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməyə az qalmış qəbul edin. Müalicə kursu 2 aydır. Mələkotu qara ciyəri təmizləyir, qəbizliyi aradan qaldırır, ən çox isə yaşlı adamlarda baş verən qəbizliyə daha çox kömək edir.

Təcrübəli həkim-ginekoloq E.Savelyeva qadınlara klimaks zamanı aşağıdakı qeyd etdiyimiz yığımlardan hazırlanan ekstaktlardan istifadə etməyi məsləhət görmüşdür.

1. Yığım — gəndələş çiçəyi, cirə meyvəsi, daziotu, üçrəngli bənövşə otu, paxla kökü, murdarça qabığı, şirinbiyan kökü, sabahgülü çiçəyi, əməkömeci çiçəyi götürün. Bütün götürdüyünüz xammalları bir-birilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 3 hissə və yaxud 2 hissə götürüb termosə töküüb qaynar su əlavə edib dəmləyin. Dəmləmədən gündə 2 stəkan götürüb qurtum-qurtum için. Müalicəni 10 gün davam etdirin.

2. Yemışanın qan-qırmızı rəngli meyvəsindən və yaxud meyvə ilə çiçəyini birlikdə götürüb qarışdırın. Sonra qarışıqdan termosə töküüb 2 saat dəmləyib süzün. Dəmləmədən gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin. Müalicəni 15 gün davam etdirin.

40 q dərman çobanyastığı, 30 q valerian kökü, 30 q yarpız götürün. Qarışdırıb, 2 xörək qaşığı götürüb termosə töküün və üzərinə 0,5 litr qaynar su əlavə edin və 2–3 saat dəmləyib, süzün. Klimaks zamanı axşamlar sakitləşdirici, ağrıkəsici vasitə kimi qəbul edin. Eyni zamanda arı südünü balla qarışdırıb çay qaşığının 1/4 hissəsi qədər qəbul edin (və yaxud dilinizin altına qoyub sorulub qurtarana qədər saxlayın). Müalicə kursu 4–6 həftədir.

İkiyüzlü gicitkəndən 20 q, üçbölümlü qanqaldan 20 q, üçrəngli bənövşədən 15 q, boymadərən otundan 15 q, iri bitraq kökü 10 q, çöl qatırquyuğundan 10 q, qara qarağat yarpağından 10 q götürün. Götürdüyünüz qarışıqları bir-birilə qarışdırın. Sonra 2 xörək qaşığı termosə töküüb üzərinə 0,5 litr qaynar su əlavə edib 1,5–2 saat dəmləyib süzün və zövqünüzə görə bal əlavə edib gündə 3 dəfə klimaks, cinsi orqanlarda baş verən dəyişikliklər zamanı, eləcə də dəri səpmələri zamanı qəbul edin.

XALQ TƏBABƏTİNİN KÖMƏYİLƏ SONSUZLUĞUN MÜALİCƏSİ

1. *Qadın uşaqlıq borularında başverən soyuqdəymələrdə*. 1 xörək qaşığı bağayarpağının toxumlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküün və zəif od üzərinə qoyub 5 dəqiqə qaynadın. Sonra dəmləyib süzün. Gündə 4 dəfə 2 xörək qaşığı qəbul edin. Dəmləməni 2–3 gün soyuduçuda saxlayıb istifadə etmək olar. Dəmləmələrdən kişilər də istifadə edə bilərlər.

2. Xalq təbabətçiləri spermatozoidləri hərəkətsiz olan kişilərə məsləhət görürlər ki, hər ilin yaz və payız dövrlərində bağayarpağının toxumlarından dəmləyib qəbul etsinlər. Bitkinin yarpaq və toxumlarından hazırlanan ekstraktların vannasını düzəldib yaz, payız və qış aylarında qəbul etmək məsləhət görülür. Sonsuzluğu (yumurtalığı və uşaqlığı) aşağıdakı üsulla gö-

zəl müalicə edirlər. Bunun üçün 3–4 xörək qaşığı qırxbuğumun təzə və yaxud qurudulmuş otundan götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb, (termosa töküüb) 4 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 4 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

3. 0,5 q mumiyaadan götürüb 250 ml kök şirəsi ilə qarışdırıb qəbul edən zaman kişilərdə cinsi fəallıq artır.

4. Xoruzgülü çiçəyindən 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və üzərini yun parça ilə örtüb, 2 saat saxlayıb süzün. Aldığınız ekstraktan gündə 3 dəfə qəbul edin.

5. *Yumurtalıq soyuqdəymələri və sonsuzluq zamanı.* 50 q ögeyana yarpağı, xəşəmbul otu, aptek çobanyastığı çiçəyi, gülümbahar çiçəyi, qızılçətir otundan götürüb bir-birilə qarışdırın. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb 0,5 litr qaynar suya töküüb 2 saat dəmləyin. Sonra aldığınız ekstraktan gündə 6 dəfə stəkanın 1/3 hissəsi qədər yeməkqabağı qəbul edin. Müalicəni 1–12 ay m

6. Müddətində cinsi fəallıq qaydaya düşənə qədər davam etdirin.

XƏRÇƏNG XƏSTƏLİYİNİN MÜALİCƏSİNDƏ İSTİFADƏ OLUNAN DƏRMAN BİTKİLƏRİ

Onkologiya bir elm kimi XIX əsrin əvvəllərində formalaşmağa başlamışdır. Lakin şiş xəstəliyinin kökü çox qədim dövrlərə gedib çıxır. Ebers papiruslarında bizim eradan 3730 il qabaq yaman şişlər haqqında yazılara rast gəlinir. Bu şişlərin müalicəsində müxtəlif otların çiçək, yarpaq, tumurcuq, kök, qabıq, oduncaq, yerüstu və s. hissələrindən alınan tozlardan, cövhərlərdən, məlhəmlərdən istifadə olunması haqqında Şərq, Çin, Tibet, Hind və s. xalqların qədim əlyazmalarında məlumatlar var. Qədim Çin təbabət elmində şiş xəstəliklərinin təsnifatında bu xəstəliyi «sadə», «bəd», «yaman» xassəli formalara ayırırlar. Əlyazmalarda bu xəstəliyin əmələgəlmə səbəblərini də izah etməyə çalışmışlar. Çin təbabətində bu cür şişlərin əmələ gəlməsini əzilmə, zədələnmə, termiki və s. səbəblərlə izah edirlər.

XV əsr qədim hind abidələrinin üzərində bu cür şişlərin cərrahiyyə əməliyyatları aparmaqla, kəsilib orqanizmdən kənar edilməsi haqqında da məlumatlara rast gəlmək olur.

Bu cür xəstəliklərin əmələ gəlməsi haqqında bizim eradan 460–377 il qabaq yaşamış Hippokratın da əsərlərində geniş bəhs olunur. Hippokrat öz əsərlərində «şiş» xəstəliyini termin kimi «vəhşi ət», «yabanı ət», «rak-xərçəng» və «karsinoma» kimi təsvir edir. Bu terminlər hazırkı dövrə kimi öz əhəmiyyətini saxlamaqdadır.

A.V.Prussak (1956) qeyd edir ki, yaman şişlərin ot bitkiləri ilə müalicəsi ilk dəfə XVI əsrdən başlanmışdır. Hələ qədim xalq təbabətində

şiş xəstəliklərini bitkilərlə müalicə etmişlər. Alimlərin fikrincə, yaman şişlərin müalicəsində tərkibləri efir yağı, alkaloid, qlükozid, antosian, karotin, flavonoid və s. ilə zəngin olan bitkilər daha yaxşı səmərə verir. Tərkibində ən çox fitonsid saxlayan bitkilərə adi qıtıqotu, ağ turp, sarımsaq, soğan, daşdələ, zirəgülü, tozağacı köbələyi, kicitkən, qıvrım yarpız, adi yovşan, zəfəran, süsən, əvəlik, turşəng və s. aiddir.

Ağız və boğaz nahiyəsində əmələ gələn yaman şişlərin müalicəsində yarpız, bağayarpağı, zirə və s. bitkilərin cövhərlərindən qarqara şəklində istifadə olunması məsləhətdir. Xarici cinsiyyət üzvlərində əmələ gələn xərçəngi müalicə etmək üçün qızılağaç, mürdəşər, sarı süsən və s. bitkilərdən hazırlanan cövhər və məlhəmlərdən yuma və sürtmə şəklində istifadə edilmişdir. Cinsiyyət üzvlərinin daxilində əmələ gələn xərçəng xəstəliklərində isə sarımsağı əzərək südlə qarışdırıb daxilə qəbul etməklə müalicə aparmışlar.

Xalq təbabətində xərçəng xəstələyinin müalicəsində sincanotu, qıfotu, üç rəngli bənövşə, çobanyastığı, şər qaraqiləsi, dərman şəhtərəsi, gicitkən, bağayarpağı və s. bitkilərin çiçək və kök hissələrindən hazırlanan cövhər və məlhəmlərdən geniş istifadə olunmuşdur.

Dəridə əmələ gələn xərçəngə qarşı dəmirotu, həqiqi dilqanadan, maya sarmaşığı, dovşan kələmi, mərcangilə, moruq və s. bitkilərdən alınan şirə və məlhəmlər işlədilmişdir.

Süd vəzləri xərçəngində sincanotu, qambatu, badyan, armud və s. bitkilərin şirəsindən istifadə edirmişlər.

Uşaqlıq nahiyəsində əmələ gələn xərçəng daşdələ, cirəgülü, pulqar yarpızı, adi yovşan, çobanyastığı və s. bitkilərdən alınan cövhər və məlhəmlərlə müalicə olunmuş.

Düz bağırsağ xərçəngində isə pişikotu, pulqar yarpızı, adi yovşan, badyan və s. bitkilərdən alınan şirələrdən istifadə etməyi məsləhət görmüşlər.

Mədə xərçəngində isə çətirvanı isitməotu, adi yovşan, bulaqotu və s. yaxşı müalicəvi təsir göstərir.

E.P.Şimkunayətə görə Litva xalq təbabətində mədə-bağırsağ sisteminə əmələ gələn xərçəng şişlərinin müalicəsində tərkibində efir yağı saxlayan bataqlıq keçəvər, adi zirə, daziotu, adi ardic, sümürkən, kəklikotu, aşı maddəsi ilə zəngin olan bitkilərdən isə adi palıd, çöl qatırquyruğu, solmazçiçək, gülümbahar, boylu andız və s. bitkilərdən istifadə edilmiş. Tərkiblərində antosian saxlayan çuğundur, qaragilə, qara gəndalaş, mərcangilə, meşə əməköməci, qırmızı kələm, süsən və s. bitkilərdən alınan cövhər, şirə və məlhəmlərdən istifadə olunması haqqında da geniş məlumat verilir.

Çin xalq təbabətində süd vəzində, mədə və bağırsaqlarda əmələ gələn xərçəngin müalicəsində isə yeyilən tülpanın (*Tulipa sp.*) soğanağından,

qarşılıqlı çoxsaylı sünbüldən (*Agastache rugosa*), Koreya şamından (*Pinus koraiensis*) və s. bitkilərdən geniş istifadə edilmişdir. 1963-cü ildə Hamburq şəhərində çağırılmış əczaçıların beynəlxalq konqresində xərcəngin müalicəsinə kömək edən bir maraqlı bitki (*Apulus plantonicus*) haqqında geniş məlumat verilmişdir.

Yuxarıda qeyd etdiyimiz bitkilərdən alınan cövhər, şirə, məlhəm, toz və s. müxtəlif növ xərcəng xəstəliklərində istifadə olunmuşdur. Lakin bu bitkilərlə indiyə qədər demək olar ki, heç bir xərcəng xəstəliyini tamamilə sağaltmaq mümkün olmamışdır. Bu müalicələr yalnız xəstəliyi törədən virusların inkişafını zəiflətməmiş, xəstəliyi yüngülləşdirmiş, insan ömrünü 6 aydan 20 və bəzən 30 ilə qədər uzatmışdır.

Müasir tibb elmində və xalq təbabətində xərcəng xəstəliyinin müalicəsində əsasən aşağıdakı bitkilərdən istifadə olunur.

Yapon arizeması — *Arisaema janonicum* — *Araceae* fəsiləsindəndir. Bu bitki Çinin mərkəzi və cənub sahillərində, Yaponiyada, Hindistanda yayılmışdır. Çində bu bitkiyə «cənub səmasının ulduzu» deyirlər. Bunun kök hissəsindən alınan cövhərlə dəridə yenicə əmələ gələn bəd xassəli şişləri müalicə edirlər. Dərman məqsədilə onun kök hissəsini bitkidə yarpaqların yenicə formalaşmağa başladığı zaman yığıb istifadə etməyi məsləhət görürlər.

Danayağı — *Arum alpinum* çoxillik ot bitkisi olub, kölgəli, nəmli meşələrdə bitir. Danayağının kök hissəsi saponin maddəsi ilə zəngindir. Onun kök hissəsindən hazırlanan cövhər qıcıqlandırıcı təsirə malikdir. Bundan hazırlanan cövhərlə həzm pozğunluqlarını, revmatizmi, əsəb xəstəliklərini və eləcə də burun nahiyəsində yenicə əmələ gələn yaman şişləri müalicə edirlər.

Xalq təbabətində danayağının spirtli məhluluna ağ üzumdən hazırlanmış şərab, tartarat turşusunun ammonium duzu, maqnezium duzu və bal qarışdırıb xərcəngə qarşı istifadə edirlər.

Yumşaq tüklü tozağacı — *Betula pubescens* əsasən nəmli meşə sahələrində, bataqlıqlarda, çay kənarlarında, göl ətraflarında bitir.

Tozağacı xalq təbabətində müalicə bitkisi kimi çox qədimdən məşhurdur. Onun cavan yarpaq və tumurcuğunun 40%-li spirtli və yaxud yağlı çıxarışından istifadə olunur. Spirtli cövhərini mədə yarasında, gastritdə, böyrək soyuqdəymələrində, sidik kisəsi və ürək xəstəliklərində içməyi məsləhət görürlər. Cavan yarpağından hazırlanan məlhəmdən yaraların, dəridə əmələ gələn xərcəng şişlərinin müalicəsində istifadə edirlər. Cavan yarpaqlarını yaraların üzərinə qoymaqla yanaşı, radikulitdə, dizdə əmələ gələn şişlərin müalicəsində işlədilir. Şirəsinin tərkibində insan orqanizmi üçün faydalı vitaminlər olduğundan onu müalicə vasitəsi kimi içirlər. Aparılan tədqiqatlar nəticəsində, tumurcuq və yarpağının tərkibində flavonoid mad-

dələri, efir yağı və C vitamini, saponin, qatran və s. tapılmışdır. Efir yağının əsas hissəsini betulen, betulol, betulen turşusu və s. təşkil edir.

Ləkəli badyan — *Conium maculatum* ikiillik ot bitkisidir. Hamar, ləkəvari, bölünən yarpaqlardan ibarətdir. Çiçəkləri ağ rəngdədir. Bu bitki Qafqazda, Orta Asiyada və Qərbi Sibirde yayılmışdır. Kolluqlarda, kənd ətraflarında, zibilliklərdə, çəpərlərin ətrafında, şəhər kənarlarında bitir.

Qədim dövrlərdə bu bitkidən hazırlanan cövhərlərdən ağrıkəsici kimi və qıcolmaya qarşı istifadə olunmuşdur. Hazırda isə hemofiliyada, həmçinin uşaqlıq toxumalarında əmələ gələn şişlərin müalicəsində istifadə edilir. Xalq təbabətində xərçəngə qarşı onun şirəsindən az miqdarda içməyi məsləhət görürlər. Çox zəhərli bitkidir. Belə ki, tərkibində konin alkaloidi aşkar edilmişdir. Rəvayətə görə Sokrat bu bitki ilə zəhərlənmişdir.

Cunqar kəpənəkçiçəyi — (*Aconitum soongaricum* çoxillilik ot bitkisidir. Buna əsasən Qərbi Avropa ölkələrinin ərazilərində rast gəlmək olar. Tərkibində akonitin, mezakonitin, hipakonitin, nezakonitin və s. alkaloidləri tapılmışdır.

Dünyada kəpənəkçiçəyi cinsinin 300, Azərbaycanda isə 3 növü yayılmışdır. Kökümsovlarından alkaloid maddələri almaq üçün Orta Asiya növlərini, o cümlədən «İssık gül», cunqar kəpənəkçiçəyi — *Aconitum soongaricum* növünü daha çox əkib-becəririlər. Bu bitki ən çox Orta Asiyanın Tyan-Şan dağlarının ərazisində, o cümlədən dağ yamaclarında, çay kənarlarında bitir. Bitki çox zəhərlidir. Tərkibində 1,5% alkaloid maddəsi saxlayır ki, onun da 0,6%-i akonitin alkaloididir.

Hazırda Orta Asiyanın bir çox vilayətlərində bu bitkinin sulu — spirtli çıxarışından daxilə və xarici nahiyələrdə yenicə əmələ gələn yaman şişlərə qarşı müalicə vasitəsi kimi istifadə edilir. Məlhəmindən xarici nahiyələrdə əmələ gələn şişlərin üzərinə yaxıb müalicə edirlər. Yaddan çıxarmaq olmaz ki, Tibet təbabətində kəpənəkçiçəyini dərman bitkilərinin «şahı» adlandırlar.

Çin təbabətində fişer kəpənəkçiçəyindən — *Aconitum fischeri* istifadə edilir. Əsasən meşə çaylarının kənarlarında sıx halda yayılmış çoxillik ot bitkisidir. Tibbdə bunun kök və kökümsovlarından istifadə edilir. Kökünün tərkibindəki akonotin maddəsini suda qızdıran zaman sirkə turşusunun iştirakı ilə daha zəhərli benzoil akonin maddəsinə çevrilir. Çin təbabətində akonindən şiş xəstəlikləri zamanı baş verən kəskin ağrıların sakitləşdirilməsində istifadə edilir.

Sarmaşığı yersarmaşığı — *Glechoma hederacea* dodaqçiçəklilər *Lamiaceae* fəsiləsindədir. Hündürlüyü 55–60 sm olan çoxillik ot bitkisidir. Gövdəsi sürünən (sərilən) olub, yuxarıya doğru qalxan budaqlara malikdir. Yarpaqları saplaqlı, dairəvi, əsas hissəsi ürək formasındadır. Aprel–iyun aylarında çiçək açır. Yarpız iyini xatırladır. Çiçəkləri abı-mavi rəngdədir. O

meşəliklərdə, meşə açıqlıqlarında, kolluqlarda və çəmənliklərdə bitir. Sarmaşıqvarı yersarmaşığından Ukrayna xalq təbabətində soyuqdəyməyə qarşı, mədədə baş verən ağrıların sakitləşdirilməsində, ciyərlərdə əmələ gələn şişlərin müalicəsində istifadə edilir.

Sünbülvarı qarğaotu — *Actaea spicata* L. budaqları oduncaqlaşan, hündür, çoxillik ot bitkisidir. Yarpaqları iki və üçər lələkvarı formasındadır. Çiçəkləri xırda, ağımtıl rəngli, salxımvarı şəkildə, gövdənin qurtaracağında yerləşmişdir.

Meyvəsi qara rəngli giləmeyvə olub, çox toxumludur. Kölgəli sıx meşələrdə yayılmışdır. Buna Sibirdə və Qafqazda rast gəlinir.

Sibir xalq təbabətində otundan və eləcə də giləmeyvəsindən hazırlanan məlhəmlərdən mədə xərçənginə, kökündən isə bronxial astma və qızdırmaya qarşı istifadə edilir. Bitki zəhərlidir, giləmeyvəsinin tərkibində alkoloid maddələri tapılmışdır.

Tilli ağçətir — *Scandix pecten-veneris* çətirçiçəklilər fəsiləsindəndir. Hündürlüyü 10–40 sm olan birillik ot bitkisidir. Tərkibində efir yağı saxladığına görə təzə dərilmiş otunun xoşa gələn iyi olur. Efir yağının tərkibinin əsas hissəsini anetol birləşmələri təşkil edir.

Azərbaycan xalq təbabətində şişlərin müalicəsində bu bitkidən alınan şirələrdən istifadə edirlər. Tilli ağçətir respublikamızın demək olar ki, hər yerində bitir. Alaq bitkisi kimi əkin sahələrində, çöllüklərdə, quru dağ yamaclarında yayılmışdır,

İt cəferisi — *Cicuta viroza* L. iri kökümsovu olan kəskin zəhərli çoxillik ot bitkisidir. Buna bataqlıqlarda, suvarma kanallarının kənarlarında, hətta suyun içərisində də rast gəlinir.

Sibirdə yaşayan qədim türk xalqlarının təbabətində it cəferisindən alınan məlhəmlərdən bəd xassəli şişlərin və yaraların müalicəsində geniş istifadə edilməsi haqqında elmi dəlillər var.

Adi canavargiləsi — *Daphne mezereum* L. canavargiləsi (*Thymelaeaceae*) fəsiləsindəndir. Kölgəli qarışıq meşələrdə, daşlı-çınqıllı sahələrdə, dağ yamaclarında, çöllük sahələrdə yayılmışdır. Çində, Yaponiyada, Hindistanda geniş sahələri vardır. Zəhərli yarpaqlarını tökən kol bitkisidir.

Qabıq, kök və ot hissələrinin tərkibində zəhərli qətranlı maddələr — mezorin, qenkuanin, apigenin, sitostoral, benzoy turşusu və s. tapılmışdır.

Döyülmuş qabıq və kök hissələrindən hazırlanan cövhər və tozundan süd vəzilərində əmələ gələn bədxassəli şişlərin müalicəsində istifadə olunur.

Dilimyarpaq firçaotu — *Dipsacus laciniatus* firçaotu (*Dipsacaceae*) fəsiləsindəndir. Hündürlüyü 50–200 sm olan, ikiillik və yaxud çoxillik ot bitkisidir. Yol kənarlarında, meşə açıqlıqlarında, düzənliklərdə, kolluqlarda rast gəlinir. Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba ərazisində, Samur–Dəvəçi

düzənliklərində, Naxçıvan Muxtar Respublikasının dağlıq sahələrində, Lən-kəranın düzən və dağlıq ərazilərində yayılmışdır.

Qaraçay–Çərək vilayətinin xalq təbabətində dilim-yarpaq firçanın ot hissəsindən hazırlanan qatı məhluldan mədədə olan yara və şişlərin müalicəsində istifadə edilir. Kompres yaş sarğı şəklində qadınların dəri və döş nahiyələrində əmələ gələn şişlərin üstünə qoyulur və yaxşı müalicəvi nəticəsi olur. Kimyəvi tərkibi yaxşı öyrənilməmişdir. Ədəbiyyat məlumatlarına görə, kök, ot və qozasının tərkibində alkaloid maddələri tapılmışdır.

Qan-qırmızı ətirşah — *Geranium sanguineum L.* ətirşah (Geraniaceae) fəsiləsindədir.

Ot formalı, çəngəlvari budaqlanan bitkidir. Kökətrafi yarpaqları tez-tez tökülür, qarşı-qarşıya duran yarpaqları isə uzun saplaqlı olub, 5–7 barmaqvarı bölünmüşdür. Çiçəkləri tək-tək halda qırmızı rəngə çalır, kifayət qədər iridir. May–avqust aylarında çiçək açır. Kökümsovlarının tərkibində aşı və alkaloid izləri tapılmışdır.

Belorus xalq təbabətində ətirşah kökündən alınan cövhəri xərçəngə qarşı xəstələrə içirirlər.

Quako — *Micania huaco* mürəkkəbçiçəklilər (*Asteraceae*) fəsiləsindədir. Yabani halda Amerika və İndoneziya ölkələrinin rütubətli ərazilərində yayılmışdır.

Yerli xalq ondan şiş xəstələrinin müalicəsində istifadə edirmiş. Yaman şişlərin müalicəsinə kömək edən bu bitkinin məhlulunun təsiri haqqında fransız yazıçısı A.Dümanı müalicə edən Hollandiya həkimi məlumat vermişdir. Girarda fon Şmitt yaman şişləri müalicə etdiyinə görə, o dövrün ən məşhur həkimi sayılırdı.

Hindistanda yayılmış quako bitkisi xarici görünüşünə görə (*Eupatorium cannabinum*) kənaqvari supatora yaxındır. Bundan alınan cövhərlər öz təsirinə görə quako bitkisinə yaxındır. Xalq təbabətində kənaqvari supatoradan alınan cövhərlər də yaman şişlərin müalicəsində istifadə olunmuşdur.

Sofiya dekuranı (şüvərən) — *Descurainia sophia* xaççiçəklilər (*Cruciferaea*) fəsiləsindədir. Hündürlüyü 50–80 sm olan, xoşagəlməyən kəskin iyə malik birillik otvarı alağ bitkisidir. Gövdəsi bozuntul rəngli, tüklü və budaqlanandır. Yarpaqları iki yaxud üçər olub, lələkvari bölünəndir. Çiçəkləri sarımtıl rəngdə salxımda toplaşmışdır. Meyvəsi qın formasındadır. Aprel–avqust aylarında çiçək açır. Duzlu–şorakətli, zibilli yerlərdə, çəmənliklərdə, Qafqazın dağ yamaclarında yayılmışdır. Buna Sibirdə, Uzaq Şərqdə və Orta Asiya respublikalarının ərazilərində rast gəlmək olur. Qafqaz xalq təbabətində onun yarpaqlarından alınan cövhərlərdən şiş yaralarının müalicəsində istifadə edilir.

Çin itüzümü — *Lycium chinense* sürünən, yumşaq, yarım qalxan budaqlara malik kol bitkisidir. Budaqları qısa tikanlarla əhatə olunmuşdur. Çiçəkləri zənkvarı, bənövşəyi rənglidir. Meyvəsi şirəli, qırmızı rəngdə olub, noyabr ayında yetişir.

Yaponiyada, Koreyada, Şərqi Çində yayılmışdır. Avropa, Orta Asiya və Qafqazda mədəni halda becərilir.

Çində yaman şişlərin müalicəsində bitkinin yarpağından və kökünün qabıq hissəsindən alınan cövhərdən istifadə edilir. Meyvəsinin çaxırda (şərabda) hazırlanan məhlulu da müalicə əhəmiyyətinə malikdir. Bitkinin tərkibindən lisin, betanin, xolin, 2,2% piyli yağ, 4,6% protein, sianid turşusu, atropin və s. maddələr tapılmışdır.

Birillik sərtək — *Scleranthus annuus* L. qərənfil (*Caryophyllaceae*) fəsiləsindəndir. Gövdəsinin hündürlüyü 5–15 sm olan, qısa boylu birillik ot bitkisidir. Bunun qarşı-qarşıya düzülmüş yarpaqları vardır. Aprel–sentyabr aylarında çiçək açır. Alaq otu kimi hər yerdə yayılmışdır.

Birillik sərtək bitkisi respublikamızda Quba ərazisində, Kür-Araz ovalığında, Lənkəranın düzən və dağlıq sahələrində yayılmışdır. Buna düzənlik sahələrdən tutmuş subalp çəmənliklərinə qədər hər yerdə rast gəlmək olur. Bunun otundan hazırlanan məhlulla ziyilin müalicəsində istifadə edilir. Buna görə də bu bitkiyə çox zaman «ziyilotu» da deyirlər. Məhlulundan daxili nahiyələrdə əmələ gələn şişlərə qarşı istifadə edilir.

Piramidal dirçək — *Yuga pyramidalis* L. dodaqçiçəklilər (*Labiatae*) fəsiləsindəndir. İkiillik ot bitkisi olub, meşəliklərdə, bağ və bağçalarda yayılmışdır. Otu iysiz və acımtıl dada malikdir. Büzüşdürücü tam verir. Baltik respublikalarının ərazilərində yayılmışdır. Xalq təbabətində onun cövhərindən aqciyər xərcəngində istifadə edilir. Dərman məqsədilə yerüstü hissəsindən istifadə olunur.

İri atbıtrağı — *Arctium lappa* bütün yerüstü hissələrində yod vardır. Bundan başqa, tərkibində alkaloidlər, 31,8% C vitamini, piyli yağ, qatran, ksaptostrumarin, saponin və s. tapılmışdır. Adi bıtrağın otundan sulu dəmləmə, duru, eləcə də quru spirtli cövhər hazırlayıb tərkibində yod olan preparat kimi ateroskleroz və qalxanabənzər vəzi xəstəliklərinə, eləcə də xərcəng xəstəliyinə tutulanlara verilir.

Günəbaxan südləyən — *Euphorbia helioscopia* L. südləyən (*Euphorbiaceae*) fəsiləsindəndir. Zəif tükrlərlə əhatə olunmuş birillik ot bitkisidir. Gövdəsi düz, hündürlüyü 35–40 sm, dırmaşan halda ətlidir. Yarpaqları növbəli, qısa saplaqlı, 1,5–3 sm uzunluğundadır. Gövdəsi qırılan və yaxud cızılan zaman süd şirəsi ifraz edir. Azərbaycanın demək olar ki, hər yerində yayılmışdır. Buna düzənlikdən tutmuş orta dağ qurşaqlarına qədər hər yerdə rast gəlinir. Bundan əlavə, zibilliklərdə, alaq otları içərisində, üzümlüklərdə, bağ və bağçalarda, meşə və çay sahələrində də bitir.

Kökündə qatran və süd şirəsi suforbon, otunda isə saponin maddələri tapılmışdır. Günəbaxan südləyəndən hazırlanan cövhərdən yenicə inkişaf edən şişlərin müalicəsində istifadə edilir.

Qərənfil yevqeniya. Qərənfil ağacı — *Eugenia caryophyllata*, Mirit (*Myrtaceae*) fəsiləsindəndir.

Həmişəyaşıl kol bitkisi olub, tropik ölkələrin meşələrində yayılmışdır. Vətəni İndoneziya hesab edilir. Mədəni halda Çində, İndoneziyada, Afrikada, Hindistanda əkilib-becərilir.

Tumurcuqlarının tərkibində 20%-ə qədər efir yağı və 22%-ə qədər aşı maddəsi tapılmışdır. Efir yağının əsas kimyəvi tərkibinin 85%-ni evqenol, 3%-ni asetilevqenol, karofilen, qatışıq tərkibli seskviterpenlər, vanilin, zülali maddə və mineral duzlar təşkil edir. Tumurcuğundan alınan preparatlar «xilasedici» içki» adlandırılır. Çin təbabətində xərçəng əleyhinə işlədilir.

Aptek dəfnəgilənarı — *Laurocerasus officinalis* dəfnə (*Rosaceae*) fəsiləsindəndir. Həmişəyaşıl ağac və koldur, 1–3 m-ə, bəzən isə 11–12 m-ə qədər hündürlükdə olur. Gövdəsi hamar və möhkəmdir, budaqlarının üzəri kələ-kötür tünd-bozumtul qabıqla örtülmüşdür. Yarpaqlarının uzunluğu 5–20 sm, eni isə 4–6 sm, qarşı-qarşıya düzülmüş uzunsov ovalvarı və yaxud parlaq dərivarı olub, qısa saplaqları vardır. Çiçəkləri xırda, ağımtıl, çox erkəkcikli, 13–23 sm uzunluğu olan salxımda yerləşir. Meyvəsi hamar dənəcikli olub, dairəvi-yumurtavarıdır. Hər salxımda 5–25-ə qədər müxtəlif ölçüdə ibarət meyvələri vardır. Meyvələrinin rəngi çəhrayı-ağımtıl rəngdən qara rəngə qədər dəyişilir. Aprel–may aylarında çiçək açır. İyunda meyvəsi yetişir.

Aptek dəfnəsi Orta Aralıq dənizi ölkələrində, Çin, Yaponiya, Yava adalarında, ABŞ-ın Kaliforniya, Florida vilayətlərində, Meksika, Ekvador, Boliviya və Braziliyada yayılmışdır.

Azərbaycanda Lənkəran, Astara rayonlarının meşə və meşə kənarlarında yayılmışdır. Bakı, Lənkəran, Gəncə və s. şəhərlərdə mədəni halda əkilib-becərilir.

Tibbi məqsədlər üçün tərkibində 10,5% efir yağı saxlayan yarpaqlarından istifadə edilir. Efir yağının əsas tərkib hissəsi benzoldhid, benzol spirti, sionid turşusu, 2–7% triterpenoid, 1%-ə qədər ursol turşusu və s. ibarətdir. Bioloji aktiv azot tərkibli maddələr sayılan sianid turşusu, prunazin, amiqdalin, prulaurazin, fenolkarbon turşusu, stroidlərdən – sitosteron, siqmasterin, xolesterin, 5,24–1,5% aşı maddələri, katexin, flavonoidlər, antosiyan maddələri, C vitamini, fitonsid və s. tapılmışdır. Müalicə əhəmiyyəti tərkibində olan amiqdalin maddəsi ilə əlaqədardır. Təzə yarpaqlarından dəfnəgilənar suyu hazırlanır ki, bundan da ürək sancularında ağrıkəsici vasitə kimi istifadə edilir. Həmçinin təzə yarpaqlarından alınan cövhərlə hemopatiya, ürəkkeçmə, göy öskürək, vərəm və s. müalicə olunur. Meyvəsindən mürəb-

bə və s. əldə edilir. Xalq təbabətində yarpağının süddə hazırlanan məhlulu yaman şişlər əleyhinə işlədilir. Hollandiyada bunun süddə hazırlanan cövhərini mədədə və eyni zamanda orqanizmin başqa nahiyələrində olan yaman şişlər əleyhinə xəstələrə verilir.

Buğumlu qaraşengi — *Scrophularia nodosa* L. keçiqulağı (*Scrophulariaceae*) fəsiləsindəndir. Xalq arasında bu bitkini boğaz uru, dəbəl otu, qabaq otu, tez yetişən, yeddi gücə malik və s. adlarla çağırırlar.

Bu, çoxillik çılpaq ot bitkisidir. Gövdəsi duzqalxan iti dördtilli, qısa saplaqlı uzunsov-yumurtavari və yaxud uzunsov formalı yarpaqlarla əhatə olunmuşdur. Rütubətli meşəliklərdə, çay kənarlarında, meşə açıqlıqlarında, dağ rayonlarında və s. yerlərdə yayılmışdır.

Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba sahəsində, Lənkəranın dağlıq ərazilərində və eləcə də nemli meşəliklərdə yayılmışdır. Abxaz xalq təbabətində buğumlu qaraşengidən alınan cövhərlərdən xərçəng əleyhinə istifadə edilir. Kök hissəsində zəhərləyici təsirə malik olan sklafularin və zəhərli saponin maddələri tapılmışdır. Hazırda xalq təbabətində kökündən hazırlanan cövhər daxili və xarici nahiyələrdə əmələ gələn xanəzir, xərçəng əleyhinə içilməklə yanaşı, dəridə əmələ gələn ziyil, səpgi, qaşınma, hemo-roid və s. qarşı sürtmə, təpitmə və s. şəkildə işlədilir.

Həmişəcavan — *Viscum album* L. bağamburc (*Loranthaceae*) fəsiləsindəndir. Bu, ağac və kol bitkilərinin üzərində məskən salmış 20–40 sm hündürükdə yarım parazit bitkidir. Həmişəcavan qovaq, qayın, tozağacı, çökə, vələs, armud, alma, palıd, şam, sərvi və s. ağac və kol bitkilərinin üzərində parazitlik edir. Oduncaqvari budaqları cəngəl formasında budaqlanan olub, qarşı-qarşıya düzülmüş yarpaqları gövdə üzərində oturmış dərivari və aydın görünən 3–4 uzunsov damarlardan ibarətdir. Sarı-yaşılımtıl rəngli qışıkeçirən bitkidir, ikievlili çiçəyi kiçik, görkəmsiz, çox sıx olub, haçalanmış gövdə üzərində yerləşmişdir. Erkəkciyəklər dişiciklərdən iridir. Meyvəsi şirəli, ağımtıl, parlaq, sarıtəhər, yumşaq, yapışqan xassəli olub, bir neçə toxumdan ibarətdir. Mart–aprel aylarında çiçək açır. May–iyun aylarında meyvəsi yetişir.

Həmişəcavan Azərbaycanda Samur–Dəvəçi düzənliyində, Qobustanda, böyük Qafqazın qərb, mərkəz və cənub ərazilərində, Lənkəranın dağlıq və düzən hissələrində yerləşən meşəliklərdə yayılan ağacların üzərində yarım parazitlik edir. Həmişəcavan yarım parazit bitki olub armud, alma və s. ağaclara mənfi təsir edir. Belə ki, onlarda yarıq və çatlaqlar əmələ gətirməklə toxumları zədələyir, çox vaxt onların məhvinə səbəb olur.

Digər tərəfdən isə mal-qara üçün, xüsusən də qış aylarında yaxşı yem sayılır.

Xalq təbabətində həmişəcavandan hazırlanan cövhərlərlə hələ Hipokrat dövründən xərçəng xəstəliyi müalicə olunmuşdur. Ən çox palıd ağa-

cında parazitlik edən həmişəcavan bitkisindən alınan cövhər və məlhəmlərdən istifadə edilmişdir. Belə bir fikir irəli sürülür ki, palıdda parazitlik edən həmişəcavan bitkisindən alınan cövhərlər daha təsirli olur.

Bundan hazırlanan preparatlardan əsəb xəstəliklərində, hipertoniyada, damar qıcolmalarında, qan təzyiqinin aşağı salınmasında və s. istifadə edilir. Həmişəcavan bitkisindən hazırlanan preparatlar uzunsov beyində qan təzyiqinin normal getməsinə köməklik edir, damarların iş fəaliyyətini nizama salır və s. Bundan əlavə bu preparatlar radikulit, oturaq əsəb və fəqərə iltihabında yaxşı nəticə verir.

Yarpaqlarından alınmış «həmişəcavan» adlanan qatı məhluldan, yəni 0,22 və yaxud 10%-li spirtli cövhərindən istifadə edilir. Bundan gündə üç dəfə 30 damcı içməyi məsləhət görürlər. 60 q həmişəcavanın 1 litr suda hazırlanan cövhərindən isə xarici nahiyələrdə əmələ gələn sağalmayan (qay-saqılanmayan) yaraların, irinli çibanların və s. sağaldılmasında sürtmə dərmanı kimi istifadə edirlər. Hazırda həmişəcavandan hazırlanan preparatlarla xərçəng xəstəliyinə qarşı maraqlı müalicə eksperimentləri aparılır.

Acı dovşankələmi — *Sedum acre* L. dovşankələmi (Carrsulaceae) fəsiləsindəndir. Hündürlüyü 5–15 sm olan gövdə üzərindəki yumurtavarı formalı, şirəli yarpaqları qarşı-qarşıya düzülmüşdür. Qızılı-sarı rəngli çiçəkləri salxım formasında gövdənin qurtaracağında yerləşmişdir. May-iyun aylarında çiçək açır, iyulda meyvə verir.

Azərbaycanda tək-tək orta dağlıq zonalarda, qumlu-çınqıllı dağ çaylarının kənarlarında yayılmışdır.

Müalicə məqsədləri üçün yerüstü hissəsindən istifadə edilir. Otunun tərkibində 0,2%-ə qədər alkaloidli maddələr, aşı maddələri, qatran, qlükozid, flavonoid maddələri, askorbin turşusu, alma turşusu, şəkərli maddələr və s. tapılmışdır. Bu bitkinin müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında elmi tədqiqat işləri XIX əsrin ortalarında aparılmağa başlanmışdır. Məlum olmuşdur ki, acı dovşankələmindən hazırlanan preparatlar nəfəs yollarının fəaliyyətinin artırılmasında, bağırsaqların tonusunun yaxşılaşdırılmasında, uşaqlıq yolları özələlərinin boşaldılmasında, qan təzyiqinin yüksəldilməsində böyük rol oynayır.

Xalq təbabətində epilepsiya (özündən getmə), qızdırma qusma, işləmə və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Bundan başqa, dəridə baş verən yanıq yaralarının müalicəsində sürtmə vasitəsi kimi işlədilir. Belarus xalq təbabətində acı dovşan kələmindən hazırlanan cövhərlərlə ürək sancmaları, sarılıq, böyrək, qan azlığı, yuxarı tənəffüs yolları pozğunluqları, irinli yaralar, xərçənglər, uşaq ekzema xəstəlikləri müalicə olunur. Körpə uşaqları onun cövhərində çimzdirirlər. Donuz piyinin qarışığından hazırlanan mazından sınıqların müalicəsində istifadə olunur. Şirəsindən yaraların üzərinə sürtürlər.

Acı dovşankələmindən hazırlanan preparatların sarılıq xəstəliyində si-dikqovucu vasitə kimi yaxşı nəticə verdiyi öyrənilmişdir. Bu bitkidən alınan preparatlar düz bağırsaqda əmələ gələn şiş, hemoroid və onun törətdiyi kəskin ağrıları kəsmək üçün də yaxşı vasitədir. Otundan alınan şirədən isə piqment ləkələrində, irinli yaralarda, ziyillərin və döyənəklərin müalicəsində sürtmə vasitəsi kimi istifadə edirlər. Müalicə vasitəsi kimi otunu çiçək açan dövrdə toplamağı məsləhət görürlər.

İspaniya dovşankələmi — *S.hispanicum* L. hündürlüyü 5–10 (15) sm olan birillik və yaxud ikiillik ot bitkisidir. Yarpaqları oturaq olub, xətvəri və yaxud uzunsov xətvəridir. İyun–iyul aylarında çiçək açır, avqust–sentyabrda meyvə verir.

Azərbaycanın hər yerində yayılmışdır. İspan dovşankələminə orta dağlıq sahələrdən tutmuş, yuxarı dağlıq zonalara qədər hər yerdə rast gəlinir. Qayalıqlarda, dağ yamaclarında, quru daşlı-çınqılı ərəzilərdə də bitir. Bitkinin yarpaqlarından alınmış cövhər geceağalan yaraların, ziyillərin, döyənəklərin və s. müalicəsində istifadə edilir. Təzə yarpaqlarını xərçəng şişlərinin üzərinə qoyurdular. Xalq təbabəti ilə məşğul olan mütəxəssislərin fikrinə görə, bu bitkidən hazırlanan məlhəmlər xərçəngin müalicəsinə xeyli kömək edir.

Tibet xalq təbabətində dovşankələmi cinsinin başqa bir növündən — *S.telephium* L. xərçəng xəstəliklərinin müalicəsində geniş istifadə olunur.

Son zamanlarda sübut edilib ki, bir sıra dovşankələmi növlərinin tərkibində 0,2% alkaloid maddələri, sedamin, nikotin, sedridin, izopelterin, sedinin, sedinol və s. tapılmışdır. Bitki zəhərli deyildir.

Əkin anaqallisi — *Anagallis arvensis* L. hündürlüyü 15–30 sm olan birillik ot bitkisidir. Yarpaqları yumurtavari və yaxud uzunsov yumurtavari olub, aşağı nahiyələri qara nöqtələrlə əhatə olunmuşdur. Qırmızı rəngli çiçəkləri gövdə üzərində yarpaq qoltuğunda yerləşmişdir. Meyvəsi qutucuktur. May–sentyabr aylarında çiçək açır, meyvəsi sentyabrda yetişir. Toxumları xırda yumurtavari, bozumtul-qonur, tünd qəhvəyi və qara rəngə qədər dəyişir.

Zəhərli bitki sayılır. Heyvanlar tərəfindən yeyilmir. Ev quşları üçün qorxulu sayılır. Tərkibində siklamin qlükozidi tapılmışdır. Azərbaycanın Samur–Dəvəçi düzənliklərində, Abşeron, Qobustan, Alazan–Əyriçay vadisində, Lənkəran rayonunun düzən və dağlıq sahələrində, Kür–Araz ovalığında və Naxçıvanın düzən sahələrində yayılmışdır. Zibilliklərdə, sulu çəmənliklərdə də bitkiyə rast gəlmək olur. Yeriüstü hissəsindən hazırlanan cövhərdən qara ciyər xərçənginin, vərəmin, qadın xəstəliklərinin, gözün selikli qişasının müalicəsində və s. istifadə edilir.

Bataqlıq ağtərəsi — *Parnassia palustris* L. daşdələn (*Parnassiaceae*) fəsiləsindəndir. Hündürlüyü 15–55 sm, qısa saçaqlı kökümsovu olan, bataqlıq

lıq ot bitkisidir. Kökətrafi yarpaqları uzun saplaqlı, yumurtavarı-dairəvi, əsas hissəsi ürəkvarıdır.

Çiçəkləri gövdənin qurtaracağında tək-tək yerləşmişdir. Ləçəkləri 5 ədəd olub, ağımıldır. Çiçəyi 5 ədəd erkəkçikdən və 4 ədəd dişicikdən ibarətdir. İyul-avqustda çiçək açır, sentyabr-oktyabrda meyvə verir. Meyvəsi çoxtoxumludur. Azərbaycanda Böyük Qafqazın Quba ərazisində, Naxçıvanda yayılmışdır. Buna ən çox rütubətli yerlərdə rast gəlmək olur. Müalicə vasitəsi kimi ot hissəsindən istifadə edilir. Kimyəvi tərkibi yaxşı öyrənilmişdir. Yarpaqlarında aşı maddələri, flavonoidlər və s. alkaloidlər aşkar edilmişdir. Bataqlıq ağtərəsinin cövhərlərindən oturaq sinir xəstəliklərində, büzişdürücü, qankəsici, sidikqovucu və yarasagaldıcı vasitə kimi istifadə edilir. Onun cövhərləri ilə ən çox ürəkgetmə, mərkəzi əsəb sistemi, sinir sistemi pozğunluqlarının qarşısı alınır. Bundan başqa, onun cövhərləri ilə qaraciyər, bağırsağ, müxtəlif cür qanaxmalar, yuxarı tənəffüs yollarının soyuqdəymələri, göz xəstəlikləri müalicə olunur. Q.Napdelsətd qeyd edir ki, İkinci Dünya Müharibəsi zamanı bu bitki ilə alman şirkətlərindən birinin sahibi çox maraqlanmışdır. Bataqlıq ağtərəsinin çiçək, yarpaq və kök hissələrindən hazırlanan cövhərlərdən mədə və bağırsaqlarda baş verən xərçəngin müalicəsində istifadə olunmuşdur.

Quşüzümü — *Solanium* Badımcənçiçəklilər (*Solanaceae*) fəsiləsinəndir. Azərbaycanda yabani halda 8 növü yayılmışdır. Bu cinsin təbabətdə 3 növündən — qara (*S. nigrum*), İran (*S.persicum*), sarıgilə (*S.luteum*) quşüzümlərindən istifadə edilir.

Qara quşüzümü 30–100 sm hündürlüyündə, qol-budaqlı, gövdəyə malik birillik ot bitkisidir. Yarpaqları uzun saplaqlı, yumurtavarı, təkənarlıdır (bəzən kənarları bir qədər oyuqlu olur), qaidəsi pəzəkəkilli yarpaqları var. Xırda ağ rəngli çiçəkləri yalançı çətirəoxşar qıvrım çiçək qrupunda toplanmışdır. Girdə qara, yaşıl, rəngli giləmeyvələri var. Böyrəkvarı xırda toxumları kələ-kötürdür. Bitki may ayından sentyabra kimi çiçəkləyir, meyvəsi payızda yetişir.

Azərbaycanın orta dağ qurşağında, ovalıqlarda, əlaq bitkisi kimi bağlarda, əkin yerlərində, çay və arxların kənarlarında yayılmışdır.

Qara quşüzümünün yerüstü hissəsində və yetişməmiş, yaşıl meyvələrinin tərkibində 1%-ə qədər salasein, 0,7% solanin var ki, bu da hidroliz nəticəsində solanidinə çevrilir. Meyvəsində 0,5% solanin, 353 mq/% askorbin turşusu, yarpağında isə 815 mq/% C vitamini aşkar edilmişdir. Solanin ilk anlar zəhərli olur, meyvə tam yetişdikdə isə zəhərsizləşir. Yarpaqlarında steroid tipli saponin, karotin, limon turşusu və s. tapılmışdır. İbn Sina qeyd edir ki, qara quşüzümündən alınan cövhərlər yuxu gətirir, cinsi qıcıqlanmaların qarşısını alır, aybaşı qan axmalarını nizama salır. Qədim həkimlər quşüzümündən ağrikəsici və keyləşdirici vasitə kimi istifadə edilmiş.

Xalq təbabətində qara quşüzümündən alınan cövhərlərdən sakitləşdirici, qıcolmada, ürəkgetmədə, mədə-bağırsaq, sidik kisəsi xəstəliklərində, revmatizmdə, qan təzyiqinin aşağı salınmasında istifadə edilir. Bağırsaq qurdlarını salmaq üçün həmin cövhəri içirlər. Yarpaqlarından hazırlanan məlhəmlə yarıları sağaldır, soyuqdəymənin qarşısını alırlar. Ot hissəsindən hazırlanmış cövhərdən dişlərin diblərinin möhkəmləndirilməsində qarqara kimi istifadə edilir.

Xalq təbabətində qara quşüzümünün otundan və meyvələrindən çay dəmləyib, tənəffüs yollarının iltihabı xəstəliklərində, xüsusən bronxların selikli qişasında və quru öskürəklərdə sakitləşdirici və bəlgəmgətirici dərman kimi xəstələrə verilir. Bundan başqa, sinir xəstəliklərində sıxılmaların qarşısını alır. Meyvələrindən çay dəmləyib böyrək xəstəliklərində sidikqovucu vasitə kimi daxilə qəbul edirlər.

İngiltərə, Fransa, Portuqaliya, Venesuela, Türkiyə və s. ölkələrdə cövhərindən qaraciyər xəstəliyində, vərəmdə, qarın yatalağında babasil və sidikqovucu vasitə kimi istifadə edilir.

Sarıgül quşüzümünün yarpaq və meyvələrindən hazırlanan cövhər və məlhəmləri isə ağ qan xəstəliklərində içirlər. İran quşüzümündə də yuxarıda qeyd etdiyimiz xassələr var.

Dilqanadan — *Galium*, boyaq (*Rubiaceae*) fəsiləsindəndir.

İlişkən dilqanadan — *Galium aparine* və yalançı dilqanadan (*G. spurium*) növlərindən hazırlanan cövhərlərdən sinqa, böyrək, zob, revmatizm, xərçəng və s. xəstəliklərə qarşı istifadə edilir.

Tüklü pulrariya — *Pueraria lobata Fabaceae* fəsiləsindəndir, lian formalı, gövdəsi ilk anlar nazik və yumşaq, sonradan odunlaşaraq diametri 10 sm-ə çatan çoxillik bitkidir. Yerində təkincə doğru üfüqi istiqamətdə inkişaf edən kök sisteminə malikdir. Kökətrafi yarpaqları uzun saplaqlı olub, iri, yumurtavarı, kənarları dalğavarıdır. Gövdə yarpaqları növbəli xırda, lansetvarı, yaxud uzunsovdu. Çiçəkləri qırmızı rənglidir. Çiçəkləri çoxsaylı iri salxım formasında olub, ikievlidir. Vətəni Çin hesab edilir. Mədəni halda Kırmızı, Orta Asiyada və Azərbaycanda əkilib-becərilir.

Tüklü pulrariya çox qiymətli qida, dərman, bəzək bitkisi sayıla bilər. Bunun çiçəklərindən hazırlanan cövhərlərdən sərinləşdirici, qankəsici və eləcə də xərçəngə qarşı müalicə vasitəsi kimi istifadə edilir.

Qırxbuğum (Qızılıq) — *Polygonum (Polygonaceae)* fəsiləsindəndir. Dünya florasının tərkibində qırxbuğum cinsinin 300-ə qədər növü yayılmışdır. Azərbaycanda 27 növünə təsadüf edilir. Bunlardan xalq təsərrüfatının müxtəlif sahələrində istifadə etmək olar.

Quş qırxbuğumu — *P. aviculare* birillik ot bitkisi olub, torpağın üstünə sərilmiş sıxyarpaqlı, düyünlü gövdəyə malikdir. Növbəli düzölmüş yarpaqları xırda, enli, ellipsşəkillidir. Xırda, nəzərə çarpmayan çiçəkləri 1-5 ədəd

olub yarpaqların qoltuğunda yerləşmişdir. Meyvəsi qara rəngli, üçküncü, findıqçadan ibarətdir. Bitki may ayında çiçəkləyir. Meyvələri avqust–sentyabrda yetişir.

Azərbaycanda Quba–Qusar zonasında, Abşeronda, Qobustanda, Kür–Araz, Lənkəran ovalıqlarında, Naxçıvan ərazisində geniş yayılmışdır.

Yarpaq və kök hissələrindən aşı maddəsi, C vitamini, flavonoid qlükozidlərindən akvikulyarin tapılmışdır ki, bu da hidroliz olunaraq kversetin və 1 arabinozaya çevrilir. Bundan əlavə 40% aşı maddəsi, karotin, şəkər, qatran aşkar edilmişdir. Kökündə əsas etibarilə oksimetilantraxinonlar tapılmışdır. Otunun tərkibində bioloji aktiv flavonoid maddələri olduğundan soyuqdəymədə, böyrək daşlarının əridilib tökülməsində, sidik və öd yolları xəstəliklərində istifadə edilir. Bundan hazırlanan preparatlardan ginekologiyada, doğuşdan sonra baş verən qanaxmaların qarşısının alınmasında istifadə edilir. Xalq təbabətində qan təzyiqinin aşağı salınmasında, qastritdə, mədə və onikibarmaq bağırsaqda əmələ gələn yaraların sağaldılmasında, eləcə də uşaqlıq qanaxmalarında, vərəmdə, qaraciyər, böyrək və s. xəstəliklərdə geniş istifadə edilir. Çin xalq təbabətində onun cövhərindən sərinləşdirici, antiseptik vasitə kimi istifadə olunur. Məlhəmi ilə müxtəlif dəri xəstəliklərini müalicə edirlər. Bitkinin çiçəklərindən hazırlanmış cövhəri başqa dərman bitkilərinin cövhərləri ilə qarışdırıb, xərçəng əleyhinə içməyi məsləhət görürlər.

Bənövşə — *Viola* bənövşə (*Violaceae*) fəsiləsindəndir. Dünya florasının tərkibində bənövşə cinsinin 500-ə qədər, Azərbaycanda isə 22 növü yayılmışdır. Bunlardan təbabətdə ancaq ətirli (*Viola odorata*), çöl bənövşəsi (*V. arvensis*), üçrəngli bənövşədən (*V. tricolor*) istifadə olunur.

Ətirli bənövşə 22 sm uzunluğunda, sürünən, ağımtıl, buğumlu, yoğun kökümsova malik çoxillik ot bitkisidir.

Qaidəsi ürəkvarı olan uzunsaplaqlı, enli yumurtavarı yarpaqları var. Yarpağının kənarları yarımdairəvi dişli, tənə hissəsi kütləşmiş və ya itiləşmişdir. Açıq-yaşıl rəngli yarpaqaltlığı enli, lansetşəkillidir. Tək-tək yerləşən göy-bənövşəyi rəngli, ətirli çiçəkləri var. Meyvəsi yumru qutucuqdan ibarətdir. Bitki mart–may aylarında çiçək açır, meyvələri may–iyun aylarında yetişir.

Ətirli bənövşə Böyük və Kiçik Qafqazın meşə rayonlarında və Talışda orta dağ qurşağına kimi geniş sahələrdə yayılmışdır.

Çöl bənövşəsi birillik, nadir hallarda ikiillik ot bitkisi olub, 10–30 sm hündürlükdə yerüstü gövdəyə malikdir. Qısa saplaqlı, yarpaqlarının qaidəsi pəzşəkillidir. Gövdə yarpaqları lansetşəkilli və ya uzun lansetşəkillidir. Solğun sarı rəngdə çiçəkləri qeyri-müntəzəmdir. Çiçək tacı kasacığından uzundur, Aprel–may aylarında çiçəkləyir, meyvələri iyun–avqustda yetişir.

Çöl bənövşəsi Azərbaycanın bütün rayonlarında yayılmışdır. Ona subalp qurşağına qədər bütün sahələrdə, eləcə də əkin yerlərində, kolluqlarda və çəmənliklərdə daha tez-tez rast gəlinir.

Üçrəngli bənövşənin hündürlüyü 10–40 sm olub, budaqlanan, qonur rəngli kökə malik birillik və yaxud ikiillik ot bitkisidir. Gövdəsi sadə və yaxud budaqlanan, düzqalxan və yaxud səriləndir. Yarpaqları növbəli, qısa-saplaqlı və yaxud oturacaq halında olub, lələkvarı, dairəvarı-ürəkvarı, yuxarı yarpaqları isə ellipsvarıdır. Çiçəkləri qeyri-müntəzəm, tək-tək olub, yarpaq qoltuğunda yerləşmişdir. Çiçəkləri ağımtıl, sarı, mavi, bənövşəyi, göy və s. rəng və çalarlarda olur.

Üçrəngli bənövşədən hər yerdə bağ, bağça, ev, pəncərə, park və küçələrin bəzədilməsində geniş istifadə edilir.

Müalicə məqsədilə onun yerüstü hissəsindən istifadə olunur. Onun ot və kök hissəsindən rutin-violakversitrin alınır ki, bu da hidroliz zamanı kversetin, ramnoza və qlükozaya çevrilir. Yarpağında 0,13%, kövdəsində 0,08%, kökündə 0,05% rutin olduğu müəyyənləşdirilmişdir. Toxum və çiçəklərində isə rutin izi tapılmışdır. Çiçəklərində violaksin antosian qlükozidi tapılmışdır ki, bu da öz növbəsində delfinidin, qlükoza, ramnoza və p-oksikoriçnoy turşusu, 3-qlükozid-delfinidin və 3-qlükoznd peonidinə çevrilir. Kökündə az miqdarda alkaloidər, açılan çiçəklərində isə 0,0085% efir yağı var ki, onun da əsas tərkib hissəsini metil efiri, salisil turşusu və s. təşkil edir. Bundan əlavə otunun tərkibindən 40 mq/% karotin, violaksantin, zeksantin, auroksantin, flavoksantin, askorbin turşusu, saponin və s. tapılmışdır. Bənövşə kompleks şəkildə bəlgəmgətirici, sinə yumşaldıcı xüsusiyyətə malikdir. Bronxtdə, laringitdə və qastritdə geniş tətbiq olunur. Ondən hazırlanan məlhəmlər bronx vəzilərinin fəaliyyətini artırır, nəfəs yollarını qıçıldıraraq bəlgəmdən təmizlənməsinə kömək edir.

Bənövşədən hazırlanmış su məhlulu ilə uşaqları çimirdirməyi məsləhət görürlər. Xəq təbətində üçrəngli bənövşədən hazırlanan cövhər və məlhəmlərdən dəri xəstəliklərində (ekzema, irinli yaralar, səpkilər) və həmçinin revmatizmdə, qızdırmada, raxitdə, ağciyər, podaqra, damar revmatizmində, diatezdə, dəri vərəmində, qadın xəstəliklərində və s. geniş istifadə edilir.

Tərkibində saponin və alkaloid maddələri olduğundan bir çox müəliflər onun preparatından yüksək dozada istifadə etməməyi məsləhət görürlər. Belə ki, yüksək dozada daxilə qəbul edildikdə qusma, zəhərlənmə və s. hallar baş verə bilər.

1905-ci ildə ingilis tibb «Lancet» jurnalında doktor A.Herdanın bir məqaləsi dərc edilir. Həkim bu məqaləsində bənövşənin yarpaqlarından hazırlanan cövhərlə xərcəngin müalicə edilməsi haqqında məlumat verir. Həmin il 67 yaşlı qadının qurtlaq nahiyəsində əmələ gələn xərcəngin bə-

növşə cövhərləri ilə müalicəsinin müsbət təsiri haqqında geniş məlumatlara da rast gəlirik.

Mançuriya bənövşəsindən isə Çində yenicə əmələ gələn xərcəng xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

İri dəmrovotu (ziyilotu) — *Chelidonium majus* xaşxaş (*Papaveraceae*) fəsiləsindəndir. Çoxillik ot bitkisi olub, bütün hissələrində sarı rəngli süd şirəsi var. Kökləri iri, şaxəli, düyünlüdür. Gövdəsi azca qabırğalı və düyünlü, yuxarı hissəsindən budaqlanandır. Üst hissəsi parlaq-yaşıl, alt hissəsi isə göyümtül olan 5–7 hissəli gövdə yarpaqları növbəli, lələkvari bölümlüdür. Gövdəsinin aşağı hissəsində yerləşən yarpaqlar saplaqlı, yuxarıdakılar isə oturaqdır. Parlaq-sarı çiçəkləri sadə çətir çiçək qrupunda toplanmışdır. Erkəkciyi çoxdur. Meyvəsi silindrik formada qınaoxşar qutucuqdan ibarətdir, yumurtayaoxşar toxumları parlaq qara rəngdədir. Bitki iyun–sentyabr aylarında çiçəkləyir və meyvə verir.

Dəmrovotuna Azərbaycanın hər yerində rast gəlmək olar. Belə ki, o, Böyük Qafqazın Quba ərazisində, Kür–Araz düzənliyində, Alazan–Əyriçay vadisində və s. yerlərdə yayılmışdır. Meşəlik sahələrdən tutmuş əkin və əlaq otları arasında, zibilliklərdə də bitir.

Dərman məqsədi ilə otundan istifadə edilir. Bu məqsədlə bitki təzə çiçək açan zaman toplanılır və tez bir zamanda quru havada qurudulur. Dəmrovotu toplanarkən əlcək geymək lazımdır, çünki bitkinin şirəsi qıcıqlandırıcı (yandırıcı) təsirə malik olduğu üçün dəridə yara əmələ gətirə bilər.

Bitkinin bütün hissələrində bir sıra alkaloidlər var, Otunda 0,97–1,87%, kökündə 1,9–4,14% alkaloidlər olduğu aşkar edilmişdir. Bundan başqa, otundan 0,01% efir yağı, 171 mq/% C vitamini, 49–102 mq/% A vitamini, acı maddə olan xelidoksantin, flavonoidlər, saponinlər, üzvi turşular (alma, limon, kəhrəba və xelidon) və s. müəyyən edilmişdir. Toxumlarında 40–68% piyli yağ, lipaza və s. tapılmışdır.

Sulu məhlulunu dəri altına yeritdikcə qıcıqlanma və ağrı əmələ gətirir. Qana yeritdikdə ürək döyünməsinə azaldır, lakin tənəffüs prosesini dərinləşdirir. Dəmrovotu bakterisid təsirə malikdir. Təzə şirəsi patogen mikroblara qarşı bakterisid və insektisid təsir göstərir. Bundan ödə yolları xəstəliklərində də istifadə olunur. Dəmrovotunun alkaloidlərindən əsəb xəstəliklərindən əzab çəkənlərə kömək məqsədilə ağrıkəsici kimi istifadə edilir. İbn Sina öz əsərlərində qeyd edir ki, kəskin diş ağrılarında otunu çeynədikdə ağrı kəsilir, sıxıb çıxarılmış şirəsi göz yaş axmasının qarşısını alır, göz bəbəyində əmələ gələn ağ ləkələrin ardan qaldırılmasına köməklik edir.

V.K.Varlıq göstərir ki, dəmrovotundan müalicə kimi istifadə edildikdə onu çiçək açan dövrdə toplamaq məsləhət görülür. Qurudulan zaman tərkibindəki süd şirəsinin 80%-ni itirir. Ona görə də dərman preparatlarını dəmrovotunun yenicə toplanmış otundan hazırlamağı məsləhət görürlər.

Elmi təbabətdə dəmrovotundan hazırlanan preparatlardan sarılıq, po-daqra, sidikqovucu, işlədici, keyləşdirici, yara, kəsik, dəri xəstəliklərində, o cümlədən dəri vərəmində, ziyillərin müalicəsində istifadə edilir. Dəri vərəmində və bir sıra dəri xəstəliklərində soyuq cövhərindən işlədilir.

Dəmrovotundan hazırlanan preparatlardan yaman şişlərin müalicəsində və yaxud inkişafının qarşısının alınmasında da istifadə edilir. Q.Nandelşat qeyd edir ki, onun özü dəmrovotu preparatları ilə epiteli toxumasında əmələ gələn yaraların müalicəsinin şahidi olmuşdur. Hazırda bir sıra ölkələrin tibb müəssisələrində dəmrovotundan hazırlanan preparatlarla böyrək, qaraciyər, öd kisəsi xəstəliklərinin, mədə yaralarının sağaldılmasında və eləcə də ağrıların qarşısını almaq üçün geniş istifadə edilir.

Adi bitəğin — *Xanthium strumarium* Azərbaycanda yabarı halda 3 növünə təsadüf olunur, təbabətdə pıtraq (*X. strumarium*) və iynəvari pıtraq (*X. spinosum*) istifadə edilir.

Adi pıtraq hündürlüyü 20–50 (120) sm, gövdəsi budaqlanan, bozumtul-yaşıl rəngli birillik ot bitkisidir. Növbə ilə düzülən yarpaqları və bircinsli, birevli çiçək səbətləri və tikanlı, ilişkən toxumça meyvələri vardır.

Tibbdə ən çox adi pıtraqdan istifadə olunur. Adi pıtraq Azərbaycanda Quba ərazisində, Abşeronda, Kür–Araz düzənliyində, Lənkəranın düzən və dağlıq sahələrində və s. yerlərdə yayılmışdır. Onlara tez-tez alağ bitkiləri içində, çay və yol kənarında, meşə açıqlıqlarında rast gəlinir. Dərman məqsədilə otundan istifadə olunur. Adi pıtrağın bütün hissələrinin tərkibində yod tapılmışdır.

Adi pıtrağın otundan sulu dəmləmə, duru, eləcə də spirtli cövhər hazırlayıb tərkibində yod olan preparat kimi aterosklerozda və eləcə də qalxanabənzər vəzin şişkinliklərində istifadə edilir.

Çaqqalqanqalı — *Cirsium vulgare*. Adi çaqqalqanqalı hündürlüyü 180–200 sm olub, budaqlanan ikiillik ot bitkisidir. Yarpaqları iridir, keçəvari tükərlə əhatə olunmuşdur. Çiçəkləri şarətəhər, səbətciyədən ibarət olub, tikanlı, parlaq-qırmızı rənglidir.

Adi çaqqalqanqalına Azərbaycanın hər yerində rast gəlmək olur. Düzənlikdən tutmuş orta dağ qurşaqlarına qədər hər yerdə yayılmışdır. Buna zibilliklərdə, əkin sahələrində, bağ və bağçalarda, meşə və meşə açıqlıqlarında, kolların arasında və s. yerlərdə də rast gəlinir. Müalicə üçün çiçək, yarpaq və eləcə də kök hissəsindən istifadə edilir.

Kimyəvi cəhətdən az öyrənilmişdir. Toxunlarının tərkibində 35% yağ, 0,95% alkaloid, sesiviterpen laktonu, arksiopikrin maddəsi tapılmışdır.

İbn Sina qeyd edir ki, onun köklərindən hazırlanan cövhərlərdən uşaqlıq qanaxmalarında, hemoroidlərin şişinin azaldılmasında istifadə edilmişdir. Onun məlhəmi ilə hələ çox qədim dövrlərdən bəd xassəli yaman şişlər, irinli yaralar müalicə edilmişdir. Bir sıra ölkələrin həkimləri onun

preparatlarından bəd xassəli şişlərin cərrahi yolla kəsilməsindən sonra müalicə-profilaktika məqsədilə istifadə olunmasını təklif etmişlər. Bundan başqa, çaqqalqanqalından hazırlanan məlhəmlə dəri xərcəngini, dəri vərəmini və s. yaraları müalicə edirlərmiş. Təcrübə yolu ilə müəyyən edilmişdir ki, çaqqalqanqalından hazırlanan cövhər zəhərli deyildir. Uzun müddət istifadə edildikdə heç bir mənfi təsir göstərmir. Bunun preparatlarından ürək fəaliyyətinin nizama salınmasında, periferik damarların sıxılmasında, arteriya təzyiqinin artırılmasında, yastı əzələlərin tonusunun nizama salınmasında və qankəsici vasitə kimi istifadə edilir.

Bolqarıstan xalq təbabətində çaqqalqanqalından hazırlanan cövhərlərdən öskürək, astma, ürək nevrozu, irinli yaraların, böyrək, sidik kisəsi, xərcəng, hemoroid və s. xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir.

Tüklü qırğıotu hündürlüyü 5–30 sm olan çoxillik ot bitkisidir. Azərbaycanda Quba ərazisində, Naxçıvanın dağlıq sahələrində, meşəliklərdə, subalp çəmənliklərində, talalarda yayılmışdır. Çiçəkləri sarı rəngdədir.

May–iyun aylarında çiçək açır. Bitkinin kimyəvi tərkibi demək olar ki, öyrənilməmişdir. Elmi təbabətdə istifadə olunmamışdır. Xalq təbabətində isə göstərilir ki, mədə şişəsinin ifrazatını artırır, orqanizmdə olan zərərli elementləri kənar edir. Cövhərindən qaraciyər xərcəngində və sarılıqda istifadə edilməsi məsləhət görülür.

Tibet xalq təbabətində müxtəlif keçici xəstəliklərdə, yanıqlarda, mədə yaralarında və yeni əmələ gələn yaman şişlərin müalicəsində istifadə edilir.

Dərman bitkilərindən xərcəngi müalicə edən preparatların hazırlanması.

Bağırsaqlarda olan xərcəngin müalicəsi. 100 q şüyüd, 100 q çobanyastığı, 75 q boymadərən, 75 q qatırquyruğu, 100 q xəşəmbül, 75 q qızılçətir bitkilərindən götürüb bir-birilə yaxşı-yaxşı qarışdırın. Sonra qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb termosə töküb üzərinə 2 stəkan qaynar su əlavə edin və bütün gecəni dəmləyib səhər tezdən süzün. Dəmləmədən 100 ml gündə 4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Böyrəklərdə əmələ gələn xərcəngin müalicəsi. 100 q bağamburc, 100q daziotu, 100 q mərsin yarpağı, 75 q gülümbahar (noqotki), 75 q dəmrovotu, 100 q sincanotu kökü, 75 q nanə bir-birilə qarışdırın. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb termosə töküb üzərinə 2 stəkan qaynanmış su əlavə edib bütün gecəni saxlayıb səhər tezdən süzün. Sonra ekstraktından 100 ml götürüb gündə 4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Düz bağırsaqda baş verən xərcəngin müalicəsi.

1) 3 hissə alzey kökü, 3 hissə xəndəkotu kökü, 2 hissə andız kökü, 3 hissə gəcəvə kökü, 1 hissə sədo, 1 hissə dağtərxunu, 3 hissə çəmən atırşahı, 2 hissə gülümbahar çiçəyindən götürüb bir-biriləri ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb termosə töküb, üzərinə 3 stəkan qaynar su əla-

və edin. Bir gün saxlayıb səhər tezdən süzüb gündə yeməyə 30 dəqiqə qalmış 150 ml-i 4 hissəyə bölüb qəbul edin.

2) 100 q pion kökü, 75 q pişikotu kökü götürüb xırdalayın. Sonra qarışıqdan 3 xörək qaşığı emal qaba töküüb, üzərinə 3 stəkan soyuq su əlavə edin. Sonra zəif yanan odun üzərinə qoyun və qapağını bağlayıb 15 dəqiqə qaynadın. Odun üzərindən götürüb 15 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzün. Bağırsağıtəmizləyici imalədən dəmləməni düz bağırsağa yeridib 15 dəqiqədən artıq saxlamamaqla prosesi başa çatdırın.

Prostat vəzi xərcənginin müalicəsi.

1) 3 hissə fındıq yarpağı, 2 hissə qulançar kökü, 3 hissə pion kökü, 3 hissə xəşəmbül, 1 hissə acı yovşan, 3 hissə onaqra, 3 hissə boğazotu kökü, 3 hissə zəncirotu kökü, 3 hissə süsən kökü götürüb bir-biriləri ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 3 xörək qaşığı termosə tökün və üzərinə 3 stəkan qaynar su əlavə edib bir gün dəmlədikdən sonra süzüb 4 hissəyə bölün və yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin.

2) 100 q qulançar kökü, 75 q boyaq nazı, 100 q süsən kökü, 75 q zəravənd, 75 q gülümbahar çiçəyi götürün. Götürdüyünüz komponentləri bir-biriləri ilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 3 xörək qaşığı termosə töküüb bütün gecəni saxlayıb səhər tezdən süzün. Ekstraktı gündə 4 dəfə 150 ml-i 4 hissəyə bölüb yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Ağ ciyər xərcənginin müalicəsi.

1) 1 stəkan südün tərkibinə 10 damcı qatran əlavə edib gündə 3 dəfə yeməyə 1 saat qalmış qəbul edin.

2) 100 q sürvə (şalfey), 100 q nəmgül (mərcanotu), 75 q zəravənd, 75 q boymadərə, 75 q cirə götürüb bir-birilə qarışdırın. Sonra qarışıqdan 3 xörək qaşığı termosə tökün və üzərinə 3 stəkan qaynar su əlavə edib səhərə qədər dəmləyib tezdən süzün. Aldığınız ekstraktı 150 ml-i gündə 4 dəfə yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

3) 100 q iri bağayarpağı, 100 q novruzçiçəyi, 100 q sürvə (şalfey), 75 q andız kökü, 75 q şirinbiyan kökü, 75 q gəcəvər kökü götürüb onları xırda hissələrə salıb bir-birilə qarışdırın. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı termosə töküüb bütün gecəni saxlayıb süzün. Alınmış ekstraktı 4 yerə bölüb hər dəfə də 100 ml yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Leykozun dərman bitkiləri ilə müalicəsi.

1) 75 q atşabalıdı çiçəyi, 75 q kartof çiçəyi, 75 q cökə çiçəyi, 75 q gülümbahar çiçəyi, 100 q gicətkən götürün. Götürdüyünüz komponentləri xırda hissələrə salıb bir-birilə qarışdırın. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı termosə töküüb, üzərinə 2 stəkan qaynar su əlavə edib, bütün gecəni saxlayıb süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 4 dəfə, hər dəfə də 100 ml yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

2) Gündə 3 dəfə südlə birlikdə qaragilə yeyin.

3) Bərabər miqdarda formalı kəngəlaş meyvəsi ilə may balından götürüb ehtiyatla qarışdırın. Aldığınız məhluldan 1 xörək qaşığı götürüb yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Leykemiya (ağ qan) xəstəliyinin müalicəsində. 100 q cəzəyir bənövşəsi bitkisindən götürüb 1 litr tünd-qırmızı rəngli çaxırın üzərinə töküüb, 10 gün isti və qaranlıq yerdə, hər gün çalxalamaq şərti ilə saxlayın. Sonra süzüb gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı parda bişirilmiş itburnu meyvəsi ilə için.

Biz yuxarıda elmi və xalq təbabətində yaman şişlərin (xərçəngin) müalicəsində istifadə olunan dərman bitkilərinin heç də hamısını əhatə edə bilmədik. Hindistan, Tibet, Misir, Çin təbabətində xərçəng xəstəliyinə tutulmuş adamlara yeməklərində meyvə və tərəvəzlərdən kök, soğan, sarımsaq, xardal, qırmızı bibər, qırmızı kələm, çəfəri, çuğundur, kərəviz, əvəlik və s. istifadə etməyi məsləhət görürlər. Bu meyvə və tərəvəz bitkilərinin tərkibində çoxlu miqdarda karotin, antosian, aşı, efir yağları, alkaloid, fitonsid və s. olduğundan, onlar kompleks şəkildə orqanizmin hər hansı bir nahiyəsində əmələ gəlməyə başlayan xərçəng xəstəliyinin qarşısını almağa kömək edir.

ÇİÇƏK TOZCUĞU — «ARI ÇÖRƏYİ», PERQA VƏ ONLARIN MÜALİCƏVİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ

İsti yaz və yay günlərində bal arılarının necə əmək coşğunluğu ilə işlədiyini hamımız bilirik. Bu dövrlərdə hər bir işçi arının öz pəncəsində bir kom çiçək tozcuğu gətirdiyinin şahidi olacaqsınız. Bu işdə onun tükcükləri də iştirak edir. Arı çiçək tozcuğunu çeynəyərək onda olan tozcuqları ayırmaqla, onları nektarla sulayır və yaxud tüpürcəyi ilə isladır. Sonra o tozcuğu cəld və çox düzgün hərəkətlə pəncələrinin arasına, buradan isə arxa pəncələrinəki kiçik səbəciklərə doldurur. Arının iki pəncəsində toplanmış tozcuq dənəsinin ümumi çəkisi 20 mq təşkil edir. Çiçək tozcuğunun kimyəvi tərkibi olduqca zəngindir. Belə ki, onun tərkibindən dəmir, mis, kükürd, kobalt, molibden, kalsium, maqnezium, manqan, barium, gümüş, sink və s. aşkar edilmişdir. Bundan başqa tozcuğun tərkibindən çoxlu miqdarda zülal, mineral duzlar, çoxsaylı B₁, B₂, B₆, K, P vitaminləri karotin, həll olmuş hormonlar, askorbin turşusu, nikotin, pantoten və fol turşuları, bir sıra başqa qiymətli qida və müalicə əhəmiyyətli maddələr də aşkar edilmişdir. Bu maddələr antimikrob, antioksidant və profilaktiki xüsusiyyətlərə malikdir. Alimlər tərəfindən çiçək tozcuğunun tərkibindən 50-dən artıq bioloji aktiv maddələr öyrənilib aşkar edilmişdir. Hər bir çiçək tozcuğu müxtəlif fermentlərdən, yağaoxşar, mineral və azot maddələrindən təşkil olunur. O, A vitamini ilə zəngin maddə hesab edilir. Məlumdur ki, yerkökü də provitamin A-karotinoidlə zəngindir. A vitamininin orqanizmdə azlığı göz

xəstəliyinə — toyuq (və ya gecə) korluğunun inkişaf etməsinə və s. səbəb olur. Arılar ağız və pəncələrində, tüklərində gətirdikləri tozcuqları kiçik yuvacıqlara doldurub üzərini balla örtürlər ki, heç yerdən buraya hava daxi09l olmasın. Bu cür mürəkkəb tərkibli tozcuq perqa və ya «arı çörəyi» adlanır. Pətəyin yuvacıqlarında olan tozcuqlar arı tüpürcəyinin tərkibində olan fermentlərin tozcuq dənələrinin, bal və nəhayət, bakteriyaların təsiri nəticəsində bir sıra mürəkkəb dəyişikliklərə uğrayır və nəticədə «arı çörəyi» çevrilir. «Arı çörəyi» tozcuqdan kimyəvi və qidalıq xüsusiyyətlərinə görə fərqlənir. Çiçək tozcuğundan kimyəvi çevrilmələr nəticəsində əmələ gələn «arı çörəyi» sürfələrin və ananın yemini təşkil edir. Çiçək tozcuğundan tibb mütəxəssisləri, əczaçılar yeni-yeni dərman preparatları hazırlayıb, müxtəlif xəstəlikləri müalicə etmək üçün həkimləri «silahlandırmışlar». Tozcuq və «çiçək çörəyindən» hazırlanan preparatlarla mədə-bağırsaq (kolit), hepatit, endemik zobun, aterosklerozun, prostatın, vərəmin, nevrozun, yuxusuzluğun və s. müalicəsində istifadə edilir. Bu preparatların əksəriyyəti orqanizmin tonusunu artırır, xarici mühitin zərərli təsirlərinə qarşı onu səfərbər edir. Tozcuğu müalicə və arı ailəsini yemləmək üçün iki üsulla: əllə və yaxud xüsusi alətlə — tozcuqyığan cihazla toplayırlar. Belə bir cihazla bir arı ailəsindən 3–5 kq çiçək tozu yığmaq olar. Deməli arıçılıq təsərrüfatında bu çox vacib və əhəmiyyətli tədbirlə daima məşğul olmaqla əczaçılıq sənayesini çiçək tozcuğu ilə fasiləsiz təmin etmək olar.

Sağlamlıq eliksiri. Çiçəyin tozcuğundan və çörəyindən hazırlanan preparatlardan istifadə edən insanlarda əzələ gücü, beyin fəaliyyətinin dərk etmə qabiliyyəti artır, iştaha yaxşılaşır, əhvali-ruhiyyə yüksəlir, xəstəlikdən yenicə sağalıb ayağa qalxan xəstələr özlərində tez güc toplayıb normal iş fəaliyyətini bərpa edirlər. Tozcuq və «çörəkdən» yalnız müalicə preparatları kimi istifadə edilmir. Bunlar həm də mürəkkəb bioloji aktiv maddə olub zülal, sulukarbohidratlar, vitaminlər və mikroelementlərlə zəngindir. Çiçək tozunun tərkibi insan orqanizmi üçün çox qiymətli sayılan P vitamini ilə zəngindir. P vitamini həyat vitamini və yaxud gənclik vitamini adlandırılır. Bu vitamindən bir neçə qamma qəbul edilməsi nəticəsində insan orqanizmi bir neçə gün bu vitamində olan tələbatını ödəyir. Bu maddələrin yüksək qidalıq xüsusiyyətlərinə və regenerasiya qabiliyyətinə malik olması insan dərisinin elastikliyinə artırır, onu tərəvətləndirir, bir sözlə yaşlı dərinə cavanlaşdırır. Tozcuqdan kosmetika sahəsində istifadə edilən bir sıra kremlər hazırlanır. Hazırda bir sıra inkişaf etmiş ölkələrdə çiçək tozcuğundan ətriyyat və kosmetika sahəsində dəri və sifət üçün krem növləri, losyon, diş pastaları, tükləri möhkəmləndirmək üçün müxtəlif vasitələr hazırlanır.

Çiçək tozcuqlarından maskaları ev şəraitində də hazırlamaq olar.

1 çay qaşığı kristallaşmış bal, bir az çiçək tozunu həvəngdəstədə ehtiyatla əzib bir-birilə qarışdırın. Üzərinə 1 çay qaşığı xama əlavə edin. Aldığı-

nız kütlədən sifətinizə çəkməzdən qabaq yaxşı-yaxşı yuyunun. Məlhəmdən götürüb sifətinizə çəkin və 15–20 dəqiqə saxlayın. Sonra isti su ilə yuyub-təmizləyin. Belə maskadan həftədə 1 dəfə sifətinizə çəkin. Xamanın yerinə çiyələk və pomidor şirəsindən də istifadə edə bilərsiniz. Maska dərinə yaxşı qidalandırır, üzde qırışıqların əmələ gəlmə dövrünü uzadır.

Son illərdə kişilərin zəifləmiş cinsi aktivliyini özlərinə qaytarmaq üçün çiçək tozundan bir neçə yeni preparatlar işlənib hazırlanmışdır.

Zəifləmiş potensiya qabiliyyətini bərpa etmək üçün gündə 1 dəfə çiçək tozcuğundan hazırlanmış preparatlardan müntəzəm qəbul etmək lazımdır. Bu preparatlar intim əlaqə zamanı kişilərdə tez əmələ gələn eyakulyasiyanın qarşısını alır, vaxtından qabaq sperma axmalarını dayandırır.

KEÇİ SÜDÜNÜN MÜALİCƏVİ XÜSUSİYYƏTİ

Keçi südü nəinki dadlıdır, həm də dərmandır. Hələ Hippokrat keçi südünün müalicəvi xüsusiyyətlərini yüksək qiymətləndirərək vərəmin müalicəsində ən yaxşı vasitə hesab etmişdir. İbn Sina keçi südündən «qocalıq dövründə» baş verən nasazlıqların aradan qaldırılmasında istifadə etməyi məsləhət görmüşdür.

Keçi südü nəinki müalicəvi xüsusiyyətlərinə, həm də keyfiyyətinə görə inək və digər mal-qaranın südündən fərqlidir. Keçi südünün tərkibi zəngin vitamin kompleksi, mineral maddələr, zülal maddələrlə zəngin olub, qəbul olunan zaman heç bir selik əmələ gətirmir və çox asan həzm olunur.

Keçi südünün tərkibində doymuş yağ turşularından — linol və linolen var ki, bu da orqanizmin müqavimətini artırır, infeksiya xəstəliklərə qarşı davamlı olub, maddələr mübadiləsi zamanı xolesterini nizamlayır. Keçi südünün tərkibi çoxlu miqdarda kalsium və maqnez, həmçinin mikroelementlərdən — dəmir, mis və s. ilə də zəngindir. Bunun tərkibində olan A vitamini inək südünün tərkibində saxlanılan A vitaminindən 3 dəfə çoxdur. Keçi südünün tərkibində çoxlu kalium elementi vardır ki, bu da ürək-damar sisteminin fəaliyyətini artırır və onun normal işləməsinə şərait yaradır. Bundan başqa onun tərkibində kobalt maddəsi tapılmışdır ki, bu da B₁₂ vitamininin əsas tərkib hissəsini təşkil edir. Bu vitamin qan dövranının gedişinə cavab verən vitamin hesab edilir və maddələr mübadiləsini nizamlayır. Tərkibindəki süd şəkərinin (laktozanın) azlığına görə keçi südünü içən zaman başqa heyvan südlərindən fərqli olaraq bağırsaqlarda heç bir köpmə əmələ gətirmir. Amerika alimlərinin apadıqları təcrübələr zamanı müəyyən olmuşdur ki, keçi südü inək südünə nisbətən orqanizmin bütün fizioloji tələblərinə müsbət reaksiya verən yeganə süd hesab edilmişdir. İnsanların əksəriyyəti

deyirlər ki, onlar inək südü qəbul etdikdə allergiya hadisəsi baş verdiyi halda keçi südü qəbul edən zaman bu xoşagəlməz hadisələr baş vermir.

Kanada alimlərinin apardıqları elmi-tədqiqat işləri zamanı müəyyən edilmişdir ki, keçi südünün tərkibində çoxlu miqdarda yağ turşuları olduğundan ondan bir çox xəstəlikləri, o cümlədən öd kisəsi daşları, həzmi pozuntuları, fibromlar və uşaq epilepsiyalarının müalicəsində istifadə oluna bilər.

Qeyd! Təzə sağılmış keçi südü bakteriosid xüsusiyyətlərə malik olur. Bunun tərkibində zəngin bioloji aktiv maddələr inək südünün tərkibində yoxdur. Buna görə də keçi südü başqa südlərə nisbətən xarab olmadan uzun müddət qalır. Adi otaq temperaturunda 3 gün qaldıqda turşumur. Soyuducuda isə 7 gün öz keyfiyyətini saxlayır. Lakin hər saat südün tərkibindəki faydalı maddələr azalmağa başlayır. Yadda saxlamaq lazımdır ki, keçi sağlamırsa, ondan sağılan südü bişirmədən təzə halda içmək olar. Bazara gətirilib satılan keçi südünü isə hökmən qaynatdıqdan sonra içmək olar.

ŞƏKƏRLİ DİABETİN MÜALİCƏSİNDƏ KÖMƏKÇİ VASİTƏ KİMİ İSTİFADƏSİ MÜMKÜN OLAN DƏRMAN BİTKİLƏRİ

Bizim eradan əvvəl öz dövrünün məşhur həkimi Aretalis yazırdı. «Diabet — sirli bir xəstəlikdir. Bu kəlam bu gün də öz aktuallığını saxlamaqdadır. Xəstəliyin tamamilə müalicəsi hələ də mümkün olmamışdır. Şəkər xəstəliyinin müalicəsində məqsəd şəkəri normal halda saxlamaqdır. Hal-hazırda iqtisadi cəhətdən inkişaf etmiş ölkələrdə əhalinin 50 %-i şəkərli diabetdən əziyyət çəkir.

Şəkərli diabet — orqanizmin endokrin sistemində baş verən pozuntular zamanı baş verir. Şəkərli diabet zamanı insulin çatışmazlığı yaranır, bunun da nəticəsində orqanizmdə gedən maddələr mübadiləsinin pozulmaları baş verir. Bu zaman xəstə adamın qanında şəkərin miqdarı sürətlə artır. Nəticədə bir sıra xoşagəlməz hallar — yəni ariqlama, kor olma, gözlərin tutulması, piylənmə və hipertoniya xəstəlikləri yaranmağa başlayır. Şəkərli diabetin qarşısı alınmasa get-gedə orqanizmdə ürək-damar xəstəlikləri baş verir, gözün görmə qabiliyyəti azalır, dəridə quruluq və qabıqqoymalar olur. Bundan başqa ağrılar, qıcolmalar, eləcə də sidikdə zülalın faizi artır. Böyrəyin funksiyası pozulmağa başlayır. Orqanizmdə baş verən bu xoşagəlməz xəstəliyin qarşısını almaq üçün tibb mütəxəssisləri bir çox müalicə üsulları işləyib-hazırlamışlar. Bunlardan ən başlıcası şəkər xəstəliyinə tutulan insanlar birinci növbədə qəbul etdikləri qida rasionlarında müəyyən dəyişiklik etməlidirlər. Birincisi qidada olan sulukarbohidratları kənar etməklə yanaşı gündə 80–100 q zülal (bunun 3 hissəsi heyvan zülalı, 1 hissəsi isə bitki mənşəli zülal) təşkil etməlidir. Bundan əlavə 100–200 q bitki mənşəli zülal

— vermişil, krupa, paxlalı bitkilərdən (yaxşı olar ki, cücərmiş olsun) tərkibində zülal maddəsi olan heyvan mənşəli məhsullardan, ət, süd, müxtəlif kolbasa növləri (piysiz) yumurta, balıq, toyuq ət və s. qəbul etməlidirlər. Üzüm və ondan hazırlanan kişmiş yemək məsləhət görülmür. Bitki şirələrindən balqabaq, xiyar, nar, lobiya qabıqlarından, hazırlanmış şirə və ekstraktlardan qəbul etmək məsləhət görülür. Tibb mütəxəssisləri diabetə tutulmuş xəstələrə propolisdən də istifadə etməyi məsləhət görürlər. 5 q və yaxud 10 q propolisi yeməkdən sonra uzun müddət çeynədikdən sonra udurlar. Həmçinin qanda şəkərin miqdarını azaltmaq üçün qarağat bitkisinin yarpaqlarından, eləcə də lobyanın qabığından istifadə etməyi də məsləhət görürlər. Bunun üçün 15 q qarağat və lobyə meyvəsinin qabığından götürüb 100 ml suda bütün gecəni isladıb səhər tezdən yemək və suyunu içmək məsləhətdir. Şəkər diabetində zolotoy usdan (qızıl bığdan) da istifadə etməyi məsləhət görürlər.

Şəkərli diabetin müalicəsində istifadə edilən preparatların hazırlanması.

I üsul. 1 çay qaşığı kətan toxumu, hərəsindən 1 xörək qaşığı lobyə qabığı, qızıl bığ yarpağı, qarağat yarpağı, 2 xörək qaşığı vələmir, somanı götürün. Bu qarışıqları 600 ml qaynar suya töküüb su hamamının üzərinə qoyub 10 dəqiqə qaynadıb bişirin. Sonra aldığınız ekstraktı 30 dəqiqə dəmləyib süzün. Dəmləmədən gündə 5–6 dəfə yeməkdən qabaq qəbul edin.

II üsul. 1 xörək qaşığı doğranmış qovaq qabığı götürüb 5 stəkan qaynar suya tökün və 30 dəqiqə qaynadıb, 2–3 saat dəmləyib süzün. Sonra dəmləmənin üzərinə 1 çay qaşığı qızıl bığ şirəsi əlavə edib qarışdırın. Aldığınız ekstraktı gündə 0,2–0,25 stəkan həcmində yeməkdən qabaq qəbul edin. Müalicə kursu 3 aydır. Lazım gələrsə müalicənin vaxtını uzada bilərsiniz. Müalicə şəkər diabetinin başlanğıc dövrlərində daha çox effektiv olur.

III üsul. 5 xörək qaşığı bitraq kökü, 4-xörək qaşığı mərci yarpağı, hərəsindən 2-xörək qaşığı qarğıdalı saçağı, adi darıotu, qızıl bığ və yarpız qabığı götürün və qarışdırın. Qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb termosə töküüb üzərinə 500 ml qaynar su əlavə edin. 7–8 saat dəmlədikdən sonra süzün. Aldığınız ekstraktı gündə 3 dəfə stəkanın 0,3 hissəsi qədər götürüb yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

IV üsul. 1 xörək qaşığı şirincin güləmeyvəsindən alınan şirədən götürüb 1 xörək qaşığı bal ilə qarışdırıb gündə 3–4 dəfə yeməkdən sonra qəbul edin.

I stəkan qatığının və yaxud kefirin tərkibinə 1 çay qaşığı qıtıqotu sıyığından əlavə edin. Aldığınız məlhəmdən gündə 3 dəfə nahara 1 saat qalmış qəbul edin. Müalicəni hər 2–3 aydan bir 15–20 gün ərzində təkrar etmək məsləhətdir.

1,5 xörək qaşığı bağayarpağının təzə toxumlarından götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyun və 5 dəqiqə qaynadıb bir saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktdan gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

Şəkərli diabetin müalicəsində köməkçi vasitə kimi 2 xörək qaşığı doğranmış tradeskansiya yarpağından götürüb, 1 stəkan qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyib, süzün. Gündə 3 dəfə yeməyə yarım saat qalmış stəkanın 1/3 hissəsi qədər qəbul edin. Müalicə kursu 3–4 həftədir. Bir ay istirahət verdikdən sonra müalicəni yenidən təkrar edin.

Şəkərli diabetin müalicəsi zamanı başınağacı giləmeyvəsindən də istifadə edilir. Bunun üçün 1 xörək qaşığı qurudulub xırda hissələrə salınmış başınağacı meyvəsindən götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 3–4 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 2–3 dəfə stəkanın 1/4 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Şəkər xəstəliyi zamanı zoğal meyvəsindən də istifadə etməyi məsləhət görürlər. Bunun üçün təzə yetişmiş zoğal giləmeyvəsini soyuq su ilə yuyub şirəsini hazırlayın və gündə 50 ml-dən başlayıb 70 ml, sonra isə 100 ml yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

Şəkərli diabetin müalicəsində köməkçi vasitə kimi otlardan hazırlanmış çaylardan da istifadə etmək olar. Bunun üçün qurudulmuş qaragilə, çiyələk yarpağı və lobyə qabığını götürüb, üzərinə 1 çay qaşığı doğranmış itburnu meyvəsi, boymadərən çiçəyi töküüb qarışdırın. Qarışıqdan 3 xörək qaşığı 2 stəkan qaynar suya töküüb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı yeməyə 30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

1 xörək qaşığı qaragilə yarpağı, 1 xörək qaşığı gicitikən yarpağı, vələmir çiçəyindən, 1 çay qaşığı doğranmış itburnu meyvəsindən, bitraq və zəncirotu köklərindən götürüb qarışdırın. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya tökün və zəif od üzərinə qoyub 20 dəqiqə saxlayın. Sonra 30 dəqiqə dəmləyin. Aldığınız dəmləməni çay kimi için. Hər 3–4 həftədən bir 5–10 gün istirahət verdikdən sonra, müalicəni yenidən davam etdirin. Şəkərli diabetin müalicəsində kasni kökündən də istifadə etmək olar.

10 q damotu yarpağı, 15 q çiyələk yarpağı, 20 q tut yarpağı götürün. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərinə qoyun və 3–5 dəqiqə saxlayıb 1 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktdan gündə 3 dəfə 2 xörək qaşığı yeməkdən sonra qəbul edin.

Yaşlı insanlar üçün: lobyanın qabıq hissəsi və qaragilə yarpağından 2 xörək qaşığı götürüb 400 ml qaynadılmış suya töküüb, qaynama dərəcəsinə gətirin və 1 saat dəmləyib süzün. Ekstraktdan gündə 3–4 dəfə stəkanın 1/2 hissəsi qədər yeməkdən 20–30 dəqiqə sonra qəbul edin. Müalicə kursu 2 aydır. Hər 2 aydan bir 2 həftə istirahət verib müalicəni təkrar edin.

2 hissə lobyə qabığı, 2 hissə qaragilə yarpağı, 2 hissə yulaf samanı, 1 hissə kətan toxumu götürüb qarışdırın. Sonra xırdalanmış qarşıqdan 3 xörək qaşığı 600 ml qaynar suya töküüb zəif od üzərinə qoyub 20 dəqiqə qaynadın və soyudub süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 3 dəfə 3 xörək qaşığı yeməkdən əvvəl qəbul edin. Müalicə kursu uzunmüddətlidir.

20 q çöl qatırquyruğu, 20 q quş quxbuğumu, 20 q çiyələk yarpağı götürün. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb 1 stəkan qaynar suya töküüb 5–10 dəqiqə qaynadın. Sonra süzüb gündə 3–4 dəfə yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

1 stəkan qaynar suya, 1 xörək qaşığı maral kökü əlavə edin və zəif od üzərinə qoyub 20 dəqiqə dəmləyib süzün. Aldığınız dəmləmədən gündə 2 dəfə 1 xörək qaşığı yeməkdən sonra qəbul edin.

3 hissə qan qırmızı rəngli yemişan meyvəsi, 3 hissə gicitkən, 2 hissə kətan toxumu, 1 hissə yarpız yarpağı, 5 hissə ürəkotu, 4 hissə qulançarın kök və cavan zoğundan, 4 hissə kəklikotu, 7 hissə qaragilə yarpağı, 3 hissə itburnu meyvəsi, 4 hissə mərsin yarpağı, 2 hissə daziotu, 4 hissə qarğıdalı saçağı, 5 hissə atbitrağı kökü, 2 hissə yarpız yarpağı, 3 hissə qoz yarpağı, 2 hissə yasəmən tumurcuğu, 3 hissə qaragilə yarpağı, 1 hissə itburnu kökü götürün.

Hər axşam hər bir qarışıqdan növbə ilə 2–3 xörək qaşığı götürüb termosə töküüb üzərinə 0,5 litr qaynadılmış su əlavə edib, səhərə qədər dəyməyin. Aldığınız ekstraktı süzüb isti halda yeməyə 20–30 dəqiqə qalmış qəbul edin.

2 xörək qaşığı təzə qurudulmuş kasının kök və yarpağının üzərinə 1,5 stəkan qaynar su əlavə edib, termosda 2 saat dəmləyib süzün. Aldığınız ekstraktın üzərinə bərabər miqdarda bitkinin kökündən hazırlanan şirəindən qatıb gündə 2–3 dəfə stəkanın 2/3 hissəsi qədər yeməyə yarım saat qalmış qəbul edin.

2 xörək qaşığı qurudulmuş su güllündən götürüb 1 stəkan araqın üzərinə töküüb qaranlıq yerdə bir həftə dəmləyib süzün. Aldığınız cövhərdən gündə 2–3 dəfə 15–20 damcı və yaxud 0,5 çay qaşığı qəbul edin.

Qanda şəkərin miqdarının sabit qalmasında mühüm rol oynayan vasitələrdən biri də ətirli mixəkdir.

Bunun üçün 50 ədəd mixəkdən götürüb 1 litr isti suya töküüb qapaqla örtün və yun parçaya büküb 7 gün qaranlıq otaqda saxlayın. Sonra götürüb süzün və gündə 3 dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edin. 1 ay istirahət verin. Yəni 1 ay qəbul edib, 1 ay istirahət verməklə əməliyyatı bir il ərzində göstərilən sxem üzrə davam etdirin.

DƏRMAN XAMMALI TƏDARÜKÜNÜN TƏŞKİL EDİLMƏSİNİN ELMİ ƏSASLARI

Dərman xammalı tədarükünü düzgün və vaxtında yaxşı təşkil etmək üçün, qabaqcadan hazırlıq işləri görünək lazımdır. Bunun üçün aşağıdakı vacib və əməli tədbirlərin həyata keçirilməsi zəruridir.

1. Tədarük edilən dərman bitkiləri vaxtında tədarük məntəqələrinə və tədarükçülərə çatdırılmalıdır. Tədarük məntəqələrinin əlverişli yerlərdə təşkil edilməsi hazırlıq işləri üçün yaxşı şərait yaradır.

Tədarük məntəqələrində tərtib olunan plan üzrə tədarük olunması nəzərdə tutulan dərman bitkilərinin adları qabaqcadan müəyyən edilməlidir.

Rayonlararası apteklər idarəsinin rəhbərləri dərman bitkiləri tədarük edilən məntəqələrə yaxından rəhbərlik etməli və əməli cəhətdən bu işin düzgün aparılmasına yardım göstərilməlidir.

2. Tədarüklə məşğul olan ayrı-ayrı aptek rəhbərləri plan üzrə tədarük olunan dərman bitkilərinin yayıldığı yerləri yaxşı tanımalıdır. Tədarükçüləri və toplayıcıları dərman bitkiləri ilə yaxından tanış etmək məqsədilə seminar məşğələləri keçirilməlidir. Aptek rəhbərləri toplayıcılara bitkiləri necə yığmaq və qurutmaq qaydaları barədə izahat verməli və onlarla tələb müqaviləsi bağlamalıdırlar.

3. Toplayıcılar əvvəlcədən tədarük edilən bitkilərin növlərini, toplanması lazım gələn hissələri, eləcə də yığma və qurutma üsullarını bilməlidirlər.

Zəhərli dərman bitkilərini yığarkən xüsusilə diqqətli olmalı, onları başqa bitkilərlə qarışdırmamalıdırlar.

4. Tədarükçülər vaxtında yığım alətləri ilə bel, yaba, bıçaq, dəhrə, qayçı, bundan əlavə lazımı kisə, səbət, əlcək və s. ilə təmin olunmalıdırlar.

Tədarük olunan bitkiləri qurutmaq və saxlamaq üçün xüsusi anbar, bina ayrılmalı və qəbul məntəqəsi tərəzi, daş, karton və taxta qutularla, kisələrlə və herbari çantaları ilə təmin edilməlidir.

Dərman bitkilərinin çiçək, yarpaq, giləmeyvə və otlarının toplanmasını məktəblilərə də tapşırmaq olar. Lakin bu zaman yığılan bitki xammalının yüksək keyfiyyətli olmasına xüsusi fikir verinək lazımdır. Ona görə də, biologiya müəllimləri, aptek müdirləri, aqronomlar, meşə işçiləri bu işdə məktəblilərə lazımı köməklik göstərməlidirlər.

Dərman bitkilərinin tədarük və toplanmasını mütəşəkkil surətdə aparmaq üçün tədarükçüləri mütəmadi olaraq dərman bitkilərinin toplanmasına dair ədəbiyyat, təlimat və plakatlarla təmin etmək lazımdır.

DƏRMAN BİTKİLƏRİNİN TOPLANMASI

Dərman bitkilərindən qurudulmuş halda tibbi profilaktik məqsədlər üçün geniş surətdə istifadə olunur. Dərman bitkiləri mürəkkəb kimyəvi quruluşlara malikdir. Tədqiqatlar zamanı müəyyən edilmişdir ki, dərman bitkilərinin tərkibi müxtəlif qurluşlu maddələrdən — alkaloidlərdən, qlükozidlərdən, saponin, flavanoid, kumarin, fürokumarin, aşı və boyaq maddələri, vitamin, karotin, qatran, selik, yapışqanlı və s. ibarətdir. Bu maddələrə təsiredici maddələr deyilir. Lakin bu maddələr bitkinin hər bir hissəsində bərabər miqdarda olmur. Məsələn, bəzi bitkilərin yarpağında təsiredici maddələr çox, kök hissəsində az, bəzən heç olmaya da bilər. Buna görə də dərman bitkisinin bütün hissələrini deyil, onun lazım olan hissələrini (yarpağını, çiçəyini, toxumunu, qabığını, meyvə və giləmeyvəsini, kökünü, kökümsovunu, soğanağını və s.) toplayırlar. Qeyd etmək lazımdır ki, təsiredici maddələrin miqdarı bitkinin keçirdiyi inkişaf fazalarından asılı olaraq dəyişir. Bitkilərin müxtəlif hissələrində təsiredici maddələrin nə qədər və inkişaf fazasının hansı dövründə daha çox toplanması tədqiqatlar nəticəsində müəyyən edilmişdir. Məsələn, yovşanın çiçəklərində təsiredici maddə santinin bitkinin müxtəlif inkişaf dövründə müxtəlif miqdarda olur. Analiz nəticəsində müəyyən edilmişdir ki, bu bitkinin çiçəkləri hələ qönçə ikən daha çox santininə malik olur. Lakin, qönçələr açıldıqdan sonra santininin miqdarı azalmağa başlayır, çiçəklər solub tökülən zaman isə santinin yox dərəcəsinə çatır.

Demək olar ki, bütün bitkilərin inkişaf dövründə bu qanunauyğunluğa rast gəlmək olar. Məsələn, gülxətimin köklərində selikli maddə və nişasta bitki çiçək açan dövrdə ən az miqdarda olduğu halda, yazın əvvəllərində payız aylarında (yəni bitkinin çiçəkləri solub tökülən zaman) ən yüksək səviyyəyə çatır. Biyan bitkisinde isə bunun əksini görürük, biyanın kökünün tərkibindəki qlisirizin adlı təsiredici maddə isə ən çox bitki çiçək açan dövrdə olur.

Bu cəhətdən zəhərli bitkilər daha səciyyəvi və maraqlıdır. Məsələn, tərkibində nikotin olan tütün və ya morfin alkaloidi — xaşxaş bitkiləri öz inkişaf fazalarının son dövründə daha çox zəhərləyici xassəyə malik olur. Dərman bitkilərinin inkişaf fazalarında müşahidə olunan belə xüsusiyyətlərə çoxlu misallar göstərmək olar. Bütün bunları nəzərə alaraq dərman bitkilərinin toplanması işini ilin müəyyən vaxtlarında aparırlar. Bu isə toplanan xammalın keyfiyyətinin yaxşı, müalicə əhmiyyətinin yüksək olmasını təmin edir.

Bitkinin yerüstü hissəsindən istifadə etmək lazım gəldikdə onu yeni çiçək açmağa başlayan zaman, yarpaq, gövdə və çiçəkləri ilə birlikdə toplamaq lazımdır. Çiçəkləri isə bitki təzə çiçək açan vaxt toplamaq lazımdır. Bu, xüsusən daha çox mürəkkəbçiçəklilər fəsiləsindən olan bitkilərə aiddir.

Çobanyastığı, solmazçiçək, gülümbahar və darçın bitkilərinin çiçəklərini isə tam çiçək açan dövrdə toplamağı məsləhət görürlər. Turmurcuqları yaz fəslində, onların tökülməsinə az qalmış, şişməyə başlayan zaman toplayırlar.

Dərman bitkilərinin toxumlarını, meyvə və giləmeyvələrini tam yetişdikləri vaxt toplamaq lazımdır. Onların yeraltı hissələrini, köklərini, kökümsov gövdələrini, soğanaqlarını və yeraltı yumru gövdələrini payızın son ayında, nadir hallarda yazın ilk aylarında toplamaq lazımdır. Çünki bu dövrə kimi bitkilərin yarpaqları tökülür və bitkinin hasil etdiyi qida maddəsinin çoxu onun kökündə toplanır.

Kökləri toplayarkən aşağıdakı ümumi qaydaya riayət etmək lazımdır:

a) birillik dərman bitkilərinin kökləri bitki çiçək açmağa başladığı anda;

b) ikuillik bitkilərin kökləri ya payızda, ya da ikinci ilin yazında;

v) çoxillik dərman bitkilərinin köklərinin əsas hissəsi payızda, bir qismi isə erkən yazda toplanmalıdır (altea, xammotu bitkisinin kökləri kimi).

Torpaqdan qazılıb çıxarılmış kök, kökümsov gövdələr, kök yumruları, soğanaqları əvvəl soyuq su ilə yuyub təmizləmək, sonra yerüstü hissədən, qurumuş və çürümüş hissələrdən ayıraraq qurutmaq lazımdır.

Dərman bitkilərinin yerüstü hissələrini (bitkinin çiçək, yarpaq və gövdəsini) bitki tam çiçək açan zaman toplamağı məsləhət görürlər.

Zoğlar payızın son və yazın ilk ayında, qabıqlar isə bitki şirə ilə zəngin olarkən — yazın ilk ayında toplanılmalıdır.

Ümumiyyətlə yazda, bitkinin qabıq hissələrində təsiredici maddələr daha çox olur.

Sitrus bitkilərinin qabıqları isə meyvələr tam yetişdikdən sonra toplanır. Bitkilərin qabıqlarını adətən cavan gövdəsindən və qol-budaqlarından toplayırlar. Qabıqları gövdədən ayırmaq üçün xüsusi bıçaqlardan istifadə olunur. Bu məqsədlə bitkinin gövdəsinin üzərini, çərtərək qabıqları soyur, sonra isə qurudurlar. Dərman bitkilərinin yerüstü hissələrini şəhsiz və yağmursuz, aydın günəşli havada toplamaq lazımdır. Yağmurlu, dumanlı və çis-kinli havada toplanan bitkilər çox gec quruyur və adətən qızışaraq təbii rəngini dəyişib tünd qonur rəngə çevrilir.

Bitkilərin çiçək, yarpaq və meyvələrini əl ilə, nadir hallarda isə ağac şanalarla toplayırlar. Ot halında olan dərman bitkilərinin yerüstü hissələrini qayçı, bıçaq və ya çinlə biçib toplayırlar. Kökləri, kökyumurularını, kökümsov gövdələri və soğanaqları isə bel və kərki vasitəsilə yaxud yeri şumlamaqla (məsələn, biyan, boyaqotu, dəvəayağı və s.) toplayırlar. Dərman bitkilərini toplayarkən onların qurd yemiş, həşəratdan zədələnmiş, göbələk xəstəliyinə tutulmuş və başqa səbəblərdən çürümüş hissələrini seçib ayırmaq lazımdır.

Bitkinin yarpağı, çiçəyi və otları adi səbətlərə yığılır. Təzə gilmeyvələri təmiz səbətlərə, quru meyvələri, kökləri və qabıqları isə kisələrə yığmaq, toplanmış dərman xammalını qurutmazdan əvvəl çeşidlərə ayırmaq lazımdır. Meyvə və toxumları toplayarkən yetişməmiş, əzilmiş hissələri kənar etmək lazımdır. Kök və kökümsov gövdələri xəlbirin içərisində, axar suda yumaq yaxşı nəticə verir. Kökündə selik maddə saxlayan dərman bitkilərini suda çox saxlamaq olmaz. Toplanan kök və kökümsov gövdələrin yerüstü hissələrini kəşib atmaq lazımdır.

Çox yoğun olan köklər, daha yaxşı qurusun deyə uzununa kəşib xırdalanmalı və qabıqdan çıxarılıb qurudulmalıdır.

DƏRMAN BİTKİLƏRİNİN QURUDULMASI

Toplanmış dərman bitkiləri çeşidlərə ayrıldıqdan sonra dərhal qurudulmalıdır. Təzə toplanmış bitki xammalını uzun müddət qurutmayıb kisələrdə, səbətlərdə və ya topa halda saxladıqda bitkilərin rəngi tündləşir, kif atır, qıçırma, parçalanma prosesi başlanır, bitkilərin tərkibindəki təsiredici maddələrin miqdarı azalır və ya tamamilə itir. Bu dəyişikliklər bitkidən şirənin miqdarından (təzə toplanan bitki xammalında şirənin miqdarı 80% və daha artıq ola bilər) və münasib temperatur şəraitindən asılı olaraq, fermentlərin və ya ekzimlərin fəallaşması və onların müxtəlif kimyəvi prosesləri sürətləndirilməsi nəticəsində əmələ gəlir. Günəşin ultrabənövşəyi şüası və hüceyrə şirəsində olan turşuların təsiri nəticəsində bitki xammalının əvvəlki təbii yaşıl rəngi dəyişib tünd-qonur rəng alır. Buna görə də bioloji aktiv maddələrdən ibarət olan bitki xammalları asan parçalandığı üçün, onları tez və yaxşı qurutmaq lazımdır. Ümumiyyətlə, qurutma prosesi nə qədər tez gedərsə, alınan materialın keyfiyyəti də bir o qədər yaxşı olar. Lakin tərkibində efir yağı olan elə bitkilər də vardır ki, onların tədricən qurudulması bitkinin tərkibindən efir yağının itməsinin qarşısını alır. Bənövşə, səhləb, sarıkök, darçın və s. növlərini misal gətirə bilərik.

Dərman bitkisi xammallarını yaxşı qurutmaq üçün onların uzun müddət yararlı halda qalmasını və saxlanmasını təmin etmək lazımdır. Şirəli meyvələri əvvəlcə ya günəşin altında ya da sobada azca qurutduqdan sonra, götürüb açıq havada meh vuran səhələrdə sərib qurutmaq lazımdır. Tərkibində alkaloid və yaxud qlikozid olan dərman bitkilərini 50–60°C də tərkibində vitamin olan bitkiləri isə (itburnu meyvəsini, novruzgülünü isə) tərkibindəki C vitamini oksidləşməsinə deyə 80–100°C temperaturda qurutmaq lazımdır. Bu üsulu bir çox meyvələrə, o cümlədən qarağat bitkisinə aid etmək olmaz. Belə ki, qarağatın meyvəsinin tərkibində C vitaminindən başqa efir yağı da vardır. Bunun üçün qarağatın meyvəsini 50–60° temperaturda

qurutmağı məsləhət görürlər. Dərman bitkisi (ot, çiçək, qabıq və s.) hissələrini 35–45° istilik olan sobalarda, çardaqlarda, dəmir örtüklü anbarlarda, nadir hallarda isə bilavasitə açıq havada brezent və həsir üzərində qurudurlar. Bitki materiallarını qurudarkən onları nazik halda qat-qat sərib, gündə 1–3 dəfə çevirmək lazımdır. Yer üstə qurutmaq lazım gəldikdə bitkini nəm çəkməsin deyə brezentdən, binada qurutduqda isə üzərinə həsir döşəniş taxta döşəmələrdən, qəfəslərdən, məftil şəbəkədən və ya üzərinə çit çəkilmiş taxta çərçivədən istifadə olunur. Belə taxta çərçivələri qat-qat bir-birinin üzərinə qoymağı məsləhət görürlər. Dərmanotlarını daha yaxşı və keyfiyyətli qurutmaq üçün onları dəstə-dəstə bağlayıb asıb qurutmaq daha səmərəli üsul hesab edilir. Bitki materialları qurudulan otaqların havası daimi dəyişdirilməlidir.

Havası daima dəyişilən dəmir örtüklü çardaqlarda aparılan qurudulma daha yaxşı nəticə verir. Çünki belə şəraitdə temperatur kifayət qədər olub 40–50 dərəcəyə çatır.

Bitki günəşin altında qurudularkən onun tərkibində olan xlorofil, karotin və xüsusən çiçəklərdə olan antosianlar parçalanır, nəticədə bitki materialı öz rəngini və qismən təsiredici maddəsini itirir. Tərkibində efirli yağ olan bitkiləri günəşin altında qurutmaq olmaz. Bitki xammalı süni yollarla da qurudulur. Bu zaman temperaturu 40–60 dərəcəyə çatdıraraq qurutma prosesini daha da sürətləndirmək olar. Təzə dərilmiş giləmeyvələrin qurudulması üçün daha yüksək temperatur (70–80°) tələb olunur.

Efir yağlı bitkilər qurudularkən temperatur 25–30°-dən aşağı olmalıdır. Dərman xammalının tədarükünün həcmindən və imkanından asılı olaraq qurutma prosesi uyğunlaşdırılmış sobalarda və ya xüsusi qurluşlu quruducularda aparılır.

Ünümüyyətlə dərman bitkisi xammalının qurudulması üçün aşağıdakı quruduculardan istifadə edilir.

Süni yolla qızdırılan quruducu. Burada qurutma prosesi, xüsusi kamera və ya şkaflarda, qızdırılmış hava cərəyanı vasitəsi ilə aparılır. Bitki materiallarının qurudulması prosesində hasil olan su buxarı ilə doymuş hava, xüsusi borular, ventilyatorlar vasitəsilə xaric edilir.

Belə qurutma prosesi iki cür quruducuda aprılır:

a) dövrü surətdə işləyən quruducu — burada, qurutmaq üçün hazırlanmış material kameraya eyni bir vaxtda doldurulur və boşaldılır.

b) arasıkəsilmədən işləyən quruducu — burada, material kameraya mütəmadi olaraq doldurulur və boşaldılır.

Hava cərəyanı vasitəsi ilə qurutma. Bu üsulla qurutma prosesi adətən örtüklü çardaqlarda aparılır. Bu tip quruducularda hava, sorucu borular vasitəsi ilə tez-tez dəyişdirilir.

Bunlardan başqa, buxarda, odla, günəş altında və elektrik vasitəsi ilə qızdırılan quruduculardan da istifadə olunur. Bitki xammalının ayrı-ayrı hissələrinin qurudulması aşağıdakı qaydada aparılır. Tumurcuqları (tərkibində qatran, karotin və efir yağın olmasını nəzərə alaraq) nazik qatlarla sərib tez-tez qarışdırmaqla və kiflənməsin deyə normal istilikdə qurutmaq lazımdır.

Qabıqları (tərkibində nisbətən az su olduğu üçün) açıq kölgəli və meyvuran havada və ya havası quru olan otaqlarda qurudurlar. Qabıqlar qurudularkən tərkiblərindəki boyaq və aşı maddələri oksidləşdiyinə görə rəngləri tünd rəng alaraq qonurlaşır. Qurudarkən qabıqları bir-birinin üzərinə qoymaq olmaz, onlar tez kif atar və tərkibindəki təsiredici maddələr məhv olar.

MÜALİCƏVİ BİTKİ XAMMALININ QABLANMASI

Dərman bitki materiallarının qablanması üçün qəbul olunmuş standartlara əsasən bir neçə növ qablardan istifadə olunur:

1. Sıx parçadan tikilmiş birqat kisələrdə aşağıdakı dərman xammalını: tumurcuqları, hamar kökləri, quru giləmeyvələri, çətinçəkliklər fəsiləsindən olan növləri meyvələrini (cirə, razyana, kərəviz, zirə və keşniş) gülxətmini, xardal toxumunu, çovdar mahmızını və s. qablamaq olar. İkiqat kisədən isə heyva və xaşxaş toxumlarının və digər bitkilərin qablanması üçün istifadə edilir.

2. Uzunsov tənzip kisələrdən isə bir sıra bitki dərman köklərini, döyülmüş halda olan otları, məsələn xəşəmbül, kəklikotu, dazotu, boymadərən və s. bitki xammalını qablarkən istifadə edilir.

Gəndəlaş, yemişan, itburnu, gülxətmi, sabahgüllünü və s. isə ayrıca taxta qutularda qablamaq lazımdır. Faner qutulardan istifadə edərkən əvvəlcə onların içərisini kağızla döşəməli, sonra içərisinə kövrək dərman bitki xammallarından: əkilən nanə yarpağı, üskütotu, çobanyastığı, inciçiyəyi, gicikən, dəvədabanı və digərləri qablaşdırılmalıdır. Toz (poroşok) halında olan belə xammalı əvvəlcə çəkib kağız torbalara doldurduqdan sonra onları faner qablarda saxlamağı məsləhət görürlər.

Tənəkə qablar. Bunlardan, xüsusən hidroskopik və rütubətin təsirindən tez xarab olan bitki xammalını məsələn, zəfəranı, sığırquyuğu, novruzgülü çiçəyini və s. qablamaq üçün istifadə olunur. Qablardan sonra qabların ağızi lehimlənir və faner yeşiklərdə yerləşdirilir. Bu qayda ilə hazırlanmış material pasportla təchiz edilir. Sonra isə hər yeşiyin arxasına yapışdırılan yarıqda bitki xammalının latın dilində adı, çəkisi (brutto və netto çəkisi), tarixi (günü, ayı, ili) yeri, sayı, göndərət və qəbul edən idarələrin adları yazılır. Bitki xammalının hansı rayonda toplanması, standartın sıra sayı haqqında qeydlər edildikdən sonra möhür və ştamplı vurulur.

1. 40 ilə yaxın apardığımız elmi tədqiqat və saysız-hesabsız ekspedisiyalar zamanı topladığımız herbari materialların araşdırarkən müəyyən etdik ki, Azərbaycan florasının tərkibində 1800-dən artıq dərman bitkisi yayılmışdır. Bunlar 141 fəsiləyə, 561 cinsə aid olub ümumi floramızın 40%-ni təşkil edir.

2. 1800 növ dərman bitikisinin 150-dən çox növü elmi təbabətdə, 1650 növündən isə Azərbaycanın, eləcə də dünyanın bir çox ölkələrinin elmi və xalq təbabətində geniş istifadə edilərək bir sıra çətin sağalan xəstəliklərin müalicəsində müvəffəqiyyətlə istifadə edilir.

3. Öyrəndiyimiz dərman bitkilərinin 1720 növü yabanı, 80 isə mədəni halda rast gəlinir. 1800 növ dərman bitkisinin 1136 növü çoxillik ot, 193-ü ikiillik, 140 növü birillik, 160 növü kol, 102 ağac, 69 növü isə yarımkoldur.

4. Tədqiq etdiyimiz dərman bitkilərinin 420 növü kserofit, 370-i kseromezofit, 340-ı mezokserofit, 244-ü mezofit, 140-ı mezohidrofit, 24-ü hidrofit və s. təşkil edir. Müalicə bitkilərinin 343 növü Asteraceae, 89 növü Rosaceae, 68-i Fabaceae, 67-i Lamiaceae, 58-i Chenopodiaceae, 57-si Brassicaceae, 53-ü Caprifoliaceae, 51-i Ranunculaceae, 36-i Liliaceae fəsiləsində və s. cəmləşmişdir.

5. Floramızda yayılan dərman bitkilərinin bir çoxunun ehtiyatı böyük olduğundan, Azərbaycan xalqının dərman bitkilərinə olan ehtiyacını ödəməklə yanaşı, onların bir çoxunu başqa dövlətlərə ixrac edib külli-miqdarda valyuta əldə edə bilərik. Azərbaycan florasında ehtiyatı bol olan dərman bitkilərindən — itburnu, yemişan, kəklikotu, adaçayı, qırxbuğum, qatırquyruğu, boymadərən, bədrənc, gicitkən, gülxətmi, əməköməci, daziotu, andız, qaraqınıq, şirinbiyan, sarağan, zirinc, çobanyastığı, palıd, söyüd, nar, əvəlik, pərpərən, baldırğan, dağnanəsi, yarpız, yovşan, üzərlik, xurma, murdarça, iydə, bağayarpağı, çaytikanı, dəmrovotu və s. qeyd etmək olar.

6. Biz ilk dəfə olaraq ən qiymətli və geniş müalicəvi spektrlərə malik olan boyaq təbiətli dərman bitkiləri üzərində geniş elmi-tədqiqat işləri apararaq 20-ə yaxın (704971, 778230, 873674, 876686, 988845, 1143057, 1037674, 1575958, 1655102, 20000037, 20040107, 20040232, 20040169 sayılı) ixtira, patentlər və sınaq aktları almağa nail olduq.

Dərman bitkilərinin tərkibləri insan sağlamlığı üçün çox qiymətli hesab edilən vitaminlərin, makro və mikro elementlərin, pektin, sellüloza, karbohidratlar, zülal, yağ, nişasta və s. kimi əvəzolunmaz bioloji-aktiv maddələrlə zəngin olduğunu nəzərə alıb onların üzərində elmi-tədqiqat işlərinin gücləndirilməsinin qayğısına qalıb, onlardan alınan yeni-yeni müalicə preparatlarını xalqımızın can sağlığının qorunmasına doğru yönəltməliyik.

7. Azərbaycan florasının tərkibində yayılan qiymətli müalicəvi təsirə malik olan dərman bitkilərinin ehtiyatını elmi əsaslarla öyrənmək üçün ərazini botaniki coğrafi bölgələrə ayırıb yaxın on illər ərzində tədricən hər bir növ dərman bitkisinin nə qədər ehtiyata malik olduğunu müəyyən etməliyik.

8. Təəssüflər olsun ki, nankor, bədnam qonşularımız olan ermənilərlə müharibə vəziyyətində olduğumuz bir dövrdə floramızda yayılan qiymətli dərman bitkilərinin 90%-in ehtiyatı bu günlərə qədər öyrənilib hesabata aparılmamışdır. Respublikamızın bu çətin vəziyyətini nəzərə alıb floramızda yayılan dərman bitkilərinin ehtiyatını elmi əsaslarla öyrənilib həyata keçirilməsi günün ən vacib məsələsi kimi AMEA-nın biologiya bölməsinin, eləcə də Botanika İnstitutunun əməkdaşlarının ümdə vəzifəsi olmalıdır.

9. Biz heç nədən çəkinmədən cəsarətlə deyə bilərik ki, floramızda yayılan qiymətli dərman bitkilərinin müalicəvi xüsusiyyətləri XXI əsrdə Azərbaycan əczaçılarının, eləcə də dünyanın bir sıra qabaqcıl əczaçılıq və tibb elmi bazalarında ətraflı öyrəniləcək onlardan alınan yeni-yeni dərman preparatları ilə hər il milyonlarla insan ölümünə səbəb olan xərçəng, şəkərli diabet, SPİD, narkomaniya, hemofiliya, ürək-damar, qaraciyər sirrozu, vərəm, ateroskleroz, əsəb və beyində baş verən ağır və qorxunc xəstəliklərin qarşısı alınacaqdır.

10. Floramızda yayılan qiymətli dərman bitkilərini amansız surətdə heç bir elmi təcrübəyə söykənmədən plansız surətdə toplayıb öz şəxsi cümlərini dolduran «bir qrup işbazlar»dan qorumaq üçün Ekologiya və Təbii Sərvətlər Nazirliyinin yerli təşkilatlarının əməkdaşları həmişə ayıq-sayıq olmalıdırlar.

1. Barxalov Ş.Ə. Botanika terminləri və bitki adları. Bakı, 1981., 469 s.
2. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın faydalı bitki sərvətləri. 1974.
3. Qasimov M.Ə. Zirinc. «Azərbaycan təbiəti», 1977.
4. Qasimov M.Ə. Gülümbahar. «Azərbaycan təbiəti», 1978, 14-cü bur., s.26–27.
5. Qasimov M.Ə. Sabahgülü. «Azərbaycan təbiəti», 1979, 17-ci bur., s.44–45.
6. Qasimov M.Ə. Üzərliyim, üzərliyim. «Elm və həyat», 1979, s.34–35.
7. Qasimov M.Ə., E.Nəsibli. Işıqlı məlhəmlər. «Elm və həyat», №3, 1980, s.29–30.
8. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın boyaq bitkiləri. Bakı, «Azərneşr», 1980, s.90.
9. Qasimov M.Ə. Gülxətmi. «Elm və həyat», №12, 1980, s.30–31.
10. Qasimov M.Ə., E.Nəsirli. Yovşan «Elm və həyat», №3, 1983, s.38–39.
11. Qasimov M.Ə. Bir daha çay haqqında. «Azərbaycan təbiəti», №2, 1984, s.22–26.
12. Qasimov M.Ə. Karotinoid maddəsi yeyinti sənayedə. «Elm və həyat», №3, 1984, s.38–39.
13. Qasimov M.Ə. Yaşıl xlorofil fabriki. «Azərbaycan təbiəti», №1, 1986, s.20–22.
14. Qasimov M.Ə. «Azərbaycanın boyaq bitkiləri». Bakı, «Azərneşr», 1987, 112s.
15. Qasimov M.Ə. Yatıqqaqal. «Elm və həyat», №2, 1987, s.27.
16. Qasimov M.Ə. Göy qurşağı haqqında nə bilirik. «Azərbaycan təbiəti», №2, 1989, s.30.
17. Qasimov M.Ə. Yeni gülxətmi formaları. «Azərbaycan təbiəti», №4, 1990, s.45–47.
18. Qasimov M.Ə. Gül ətirli gülxətmi. Kənd həyatı, 1991.
19. Qasimov M.Ə. Yemişan. «Azərbaycan təbiəti», № 4, 1992, s.26–27.
20. Qasimov M.Ə. Zəncirotu. «Azərbaycan təbiəti», № 2, 1993, s.18–19.
21. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın ədviyyat bitkiləri. «Azərneşr», 1992, 176 s.
22. Qasimov M.Ə. Gicitkən. «Elm və həyat», 1994.
23. Qasimov M.Ə. Azərbaycan «Jenşini». «Elm və həyat», № 2, 1995.
24. Qasimov M.Ə. Amarant. «Azərbaycan təbiəti», №1–2, 1999, s.44–48.
25. Qasimov M.Ə. Sufindiği. «Elm və həyat», № 1–2, 2000, s.45–46.
26. Qasimov M.Ə. Abşeronun sənaye əhəmiyyətli bitkiləri. «Azərbaycan təbiəti», №1–2, 2000, s.24–31.
27. Qasimov M.Ə., Qənbərov D.S. Yabancı yeməli tərəvəz bitkiləri Kimya-biologiya elmləri və təhsilinin aktual problemləri. ADPU-80. 2001, s.83–85.
28. Qasimov M.Ə., Qasimova T.A., Şamxalov R. Əvəlik. «Azərbaycan təbiəti», №1, 2002.
29. Qasimov M.Ə., Tağıyev S.Ə., Qədirova G.S. Narın meyvəsinin qabığından boyaq maddəsinin alınması üsulu. Patent № 2000037, 2002.
30. Qasimov M.Ə., Məmmədov T.S. Bitki kosmetikası. Bakı «Araz» nəşriyyatı, 2002, 374 s.
31. Qasimov M.Ə., Gocayeva L.H. Qiymətli dərman və qida bitkisi. «Elm və həyat», № 3–4, 2002, s.23–24.

32. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın boyaq bitkiləri xalçaçılıq sənayesində III Beynəlxalq Simpoziumun materialları. Bakı, 2003.
33. Qasimov M.Ə. Bağamburc. «Elm və həyat», 2003, № 1–2.
34. Qasimov M.Ə. Sağlamlıq iksiri. «Elm» qəzeti, 2003, № 7–8 (648–649).
35. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S. Əzvay və ya müalicə kaktusu. «Bilgi» dərgisi, 2004, №3. s.36–43.
36. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S. Ərik — Armeniaca — qida, müalicə və boyaq bitkisidir. «Bilgi» dərgisi. 2004. № 4, s.24–32.
37. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S. Ətirşah. Odlar Yurdu Universitetinin əsərləri, 2004, s.172–178.
38. Qasimov M.Ə. Yeyinti sənayesində istifadə olunan ekoloji cəhətdən təmiz, təbii qırmızı boyağın alınma texnologiyası. «Azərbaycan alimlərinin dövlətin sosial-iqtisadi inkişafında rolu» elmi-praktik konfransın materialları». Bakı, 2004.
39. Qasimov M.Ə. Yeyinti sənayesində istifadə olunan ekoloji cəhətdən təmiz karotinoid tərkibli boyaq maddələrinin alınma texnologiyası. «Azərbaycan alimlərinin dövlətin sosial-iqtisadi inkişafında rolu» elmi-praktik konfransın materialları». Bakı, 2004.
40. Qasimov M.Ə. Qədirova G.S. Azərbaycanın yeni yabanı tərəvəz bitkiləri. Odlar Yurdu Universitetinin əsərləri, 2004, s.163–171.
41. Qasimov M.Ə. Qədirova G.S. Kartof (Solanium) haqqında yeni elmi məlumatlar. «Bilgi dərgisi». 2004, № 6. s.29–38.
42. Qasimov M.Ə. Yabanı tərəvəz bitkiləri qida və sağlamlıq mənbəyidir. «Elm» qəzeti, № 33-34 (634–635).
43. Qasimov M.Ə. Qədirova G.S., Tağıyev S.Ə. Bitki xammalından antosian boyaq maddəsinin alınma üsulu. Patent № 20050108, 2005.
44. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S. Nar meyvəsinin qabığından boyaq maddəsinin alınma üsulu. Patent № 2004169. 2005.
45. Qasimov M.Ə. Qədirova G.S., Tağıyev S.Ə. Anxusanın kökündən boyaq maddəsinin alınma üsulu. Patent № 20040432. 2005-ci il.
46. Qasimov M.Ə. Təbiətin gözəlliklərini qoruyaq. İctimai-siyasi beynəlxalq jurnal. №11 (013) avqust 2005.
47. Qasimov M.Ə. Kətan-Linum L. «Elm» qəzeti, s.39–40 (640–641).
48. Qəmbəranı F. Xalq təbabəti. Bakı «İşıq» nəşriyyatı, 1998.
49. Mustafayev J.D., Qasimov M.Ə. Azərbaycanın faydalı bitki sərvətləri. «Azərneşr», 1992, 244s.
50. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın faydalı bitki sərvətləri. «Bilgi dərgisi» Bakı, 2004, №1, s. 78–83.
51. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S. Ədviyyat və yabanı tərəvəz bitkilərinin ensiklopediyası. Bakı, «Elm», 2004, 618 s.
52. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S., Babayev N.B. Qarağat — Ribes (Krnjovnik-kimilər — Grossulariaceae fəsiləsi). «Bilgi» dərgisi, 2005, №1, s.14–21.
53. Qasimova M.Ə., Qədirova G.S. Seloziya yeni boyaq bitkisidir. «Elm və həyat», 2005, №1–2, s. 46–47.
54. Qasimov M.Ə. Zərərli qida boyalarını ekoloji cəhətdən təmiz və təbii qida boyaları ilə əvəz edək. Jurnal «Eko-İnter», № 10, 2005, s.6–7.

55. Qasimov M.Ə. Şamdangülü. «Elm və həyat». № 2–3, 2005.
56. Qasimov M.Ə. Sabahgülü zəfəranı əvəz edir. İctimai-siyasi beynəlxalq jurnal. №3 sentyabr, 2005.
57. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S., Tağıyev S.Ə. Bitki xammalından antosian boyaq maddəsinin alınma üsulu. Patent № a20040208, №2, 30.06.2005.
58. Qasimov M.Ə., Tağıyev S.Ə. Qədirova G.S. Anxusanın kökündən boyaq maddəsinin alınması üsulu. Patent № a20040334, 2005.
59. Dəmirov İ.A., Şükürov D.Z. Azərbaycanın dərman bitkiləri. Bakı, 1971.
60. Dəmirov İ.A., Şükürov D.Z. Dərman bitkiləri, Bakı, «Maarif» nəşriyyatı, 1979.
61. Dəmirov S.A., İsmayılova N.A., Kərimov Y.B., Mahmudov R.M.. Azərbaycanın müalicə əhəmiyyətli bitkiləri. «Azərənş», 1988.
62. Dəmirov S.A., Şükürov C.Z. Azərbaycanın meyvə və tərəvəz bitkilərinin müalicəvi əhəmiyyəti, Bakı, 1990.
63. Əzizov F.S., Salmanov A.Ə. Çaytikanı. Bakı, «Azərənş», 1992, 64s.
64. Əfəndiyev S., Rəcəbov A. Azərbaycan xalq təbabətindən.. Bakı: «Azərənş», 1992.
65. Абу Али Ибн Сина. Трактат по гигиене: Пер. с араб. Ташкент, ФАН, 1980-116 с.
66. Агафонов А. Как сохранить здоровье и красоту-Алма-Ата: изд-во Казахстан, 1972-165 с.
67. Азизова У.Я. Материалы к изучению народных лекарственных растений Крыма Симферополь, 1940.24 с.
68. Айдаралиев А.А. Лечение трофических язв отваром подорожника большого Сов. Здравоохранение Киргизии. 1955, №3. с.8-11.
69. Айземам Б.Е., Дербенцева Н.А. Антимикробные препараты из зверобоя. Киев 1976. 173 с.
70. Айземам Б.Е., Смирнов В.В, Бондаренко АС. Фитонциды и антибиотики высших растений. Киев, 1984. 280 с.
71. Аксенов А.П. 1300 Рецептов знахаря. Донецк, 1999, 32 с.
72. Аксенов А.П. 1300 Рецептов знахаря. Донецк, Сталкер, 1999, 320 с. (Серия «Секреты знахаря»).
73. Аксенов А.П. Энциклопедия знахаря. М., АСТ; Донецк: Сталкер, 2000 (Серия «Помоги себе сам»).
74. Алгазин В.С. Полезные растения Западной Сибири. Новосибирск, 1950. 174 с.59.
75. Алексеев Б. Д. Важнейшие дикорастущие полезные растения Дагестана. Махачкала, 1967.142 с.
76. Алексеев Г. А., Якимова З.П. Лекарственные растения на территории Чувашии. Чебоксары, 1975. 231 с.
77. Алеутский Н.Н, Кашин В.И. Северная кладовая целебных трав. Архангельск. Правда Севера, 1988. 410 с.

78. Алеутский Н.Н. Кашин В.И. Северная кладовая целебных трав. Архангельск: Правда Севера, 1998, 414 с.
79. Алиев Р.К. Аллахвердибеков Г.Б. Характеристика химического состава мужских соцветий ивы козьей и влияние их препаратов на Сердечно-сосудистую систему -Изв. АН Аз ССР, 1954, №-11, с 69-86.
80. Алиев Р.К. Кровоостанавливающие препараты из некоторых растений флоры Азербайджана. Баку, 1960.191с.
81. Алиев Р.К., Прилипко Л.И., Дамиров И.А. Перспективы использования местных растительных ресурсов для производства лекарственных препаратов в Азербайджане. Баку, 1961.
82. Алиев Р.К., Таривердиев Г.З.Клинические испытание действия галеновых препаратов из мужских соцветий ивы козьей на сердечно-сосудистую систему-Докл. АН СССР, 1956, т 12, №-4, с 289-294.
83. Алиев Р.К.Лекарственные растения Азербайджана. Б., 1972. Алиев Р. К, Прилипко Л.И., Дамиров И. А, Исламов Н. А. Мамедов Ф.Н., Улуханов Б.Г. Лекарственные растения Азербайджана (справочник). Баку, 1972. 196 с.
84. Алимбаева П.К., Гончарова А.В. Дикорастущие лекарственные растения Киргизии. Фрунзе, 1971, 99 с.
85. Алтымышев А.А. Лекарственные богатство Киргизии 2.е изд-Фрунзе, 1976.
86. Алтымышев А.А. Природные целебные средства. Фрунзе, 1990, 351 с.
87. Алюкина Л. С. Ряховская Т.В. Флавоноиды рода *Artemisia* L. подрода *Dracuncululus* (Bess) petertm флоры Казахстана // Растит. Ресурсы 1980, т.16, вып., 2, с.187-193.
88. Алюкина Л.С.Динамика накопления флавоноидов Тр. Ин-та ботаники/АН Каз ССР, Алма-Ата, 1971, т 29,с 110-127
89. Алюкина Л.С.Содержание флавоноидов у некоторых видов зверобоя-В кн: Биохимия обмена веществ и продуктивность растений Алма-Ата, 1976 с. 161-169.
90. Алюкина Л.С.Флавоноидоносные и танидоносные растения Казахстана Алма-Ата, 1977, 152 с.
91. Амирханов Н.А., Мукумов Х.Р., Хамракулов Ш.С. Содержание витаминов и микроэлементов в некоторых видах. - Растит. Ресурсы, 1974, т. 10, вып.3, с.422-426.
92. Анели Н.А.Некоторые итоги изучения лекарственной флоры Грузии-В ин: Биологически активные вещества флоры Грузии. Тблиси, 1967.
93. Антошечкин А.Г. Витамины и гиповитаминозы. М., Изд-во МАИ. 2000, 144 с.
94. Артемова А. Ароматы и масла. исцеляющие и омолаживающие. СПб., Дия, 2000. 160 с. (Серия «Кладовая здоровья»).

95. Артемова А. Лес, исцеляющий и омолаживающий. СПб., Диля, 2000, 176 с. (Серия «Кладовая здоровья»).
96. Артемова А. Орехи, исцеляющие и омолаживающие. СПб., Диля, 2000, 128 с. (Серия «Кладовая здоровья»).
97. Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. М., 1976, 340.
98. Атлас лекарственных растений СССР. М., 1962. 702 с.
99. Ахмедова Э.Р., Мустафаева С.Д., Мехтиева Н.П., Мамедова С.А. Ареал и видовой состав пряно-ароматических растений флоры Азербайджана Баку-1987, ВИНТИ-зак. 32792.
100. Бабичев И.А., Луковниова Г.А. Биохимия брюквы, репы, редьки, редиски и хрена - В кн: Биохимия овощных культур. Л., М., 1961. С. 468-512.
101. Багбаш О.Ю., Лесиев Т.К., Сыч З.Д. Кочанный салат Львовский 85. // Картофель и овощи, 1987, № 1.
102. Бамщкий К.П., Воронцова А.Л. Лекарственные растения в терапии злокачественных опухолей Ростов НУД, 1980. 294 с.
103. Бандюкова В.А. и др. Некоторые итоги изучения состава растений Северного Кавказа. В кн. Фенольные соединения и их биологические функции. М., 1968, с.95.
104. Бандюкова В.А. Распространение флавоноидов в некоторых семействах высших растений. Сообщ. 5. - «Растит. Ресурсы», 1972, т.8, №2, с.283.
105. Бандюкова В.А., Халматов Х.Х. О полифенольных соединениях некоторых видов *Hypericum* - «Растит. Ресурсы», т.8, №4, с.54.
106. Бандюкова В.А., Халтанов ХХ. Исследование флавоноидов *Hypericum elongatum* и *H. scarbum* - Химия Природ. Соедин., 1966, №3, с 24-25.
107. Бандюкова В.А., Шинкаренко А.Л. Качественный анализ флавоноидов в растительном материале при помощи хроматографии на бумаге (Методические рекомендации). Пятигорск, 1972.
108. Барабой В.А. Биологическое действие растительных фенольных соединений. Киев, «Наука», 1976, 260 с.
109. Барнаулов О.Д. Введение в фитотерапию. СПб.: Лань, 1999, 159 с. (Серия «Мир медицины»).
110. Барнаулов О.Д. Введение в фитотерапию. СПб.: Лань, 1999. 159 с.
111. Барнаулов О.Д., Лимаренко А.Ю. Оценка некоторых растений фармакологических свойств препаратов из растений, применявшихся в народной медицине для лечения эпилепсии. - В кн: Физиологически активные вещества-медицины, Ереван, 1982. с.35.
112. Барнаулов О.Д., Маничева О.А. Сравнительная оценка антисекреторных и промивозвенных свойств полисахаридов из стеблей видов шток-розы - В кн: Всесоюз. Науч. конф. исследного происхождения. Л., 1981. с.163.
113. Барышникова Г.В. Возрастной состав ценопопуляций *Eremurus regelli* введ в Западном Тянь-Шане // Растит. Ресурсы, 1990, т.26, вып.2, с.31-39.

114. Басаргин Д.Д., Горовой П.Г. Флавоноиды дальневосточных видов *Heraclеum L.* // Растит. Ресурсы, 1975, т.11, вып. 1, с.59-66.
115. Бражба М.Т. Растительные ресурсы Абхазии и их использование. Сухуми, 1964, 579 с.
116. Беленовская Л.М., Маркова Л. Флавоноиды некоторых видов *Artemisia L.* флоры Монголии // Растит. Ресурсы. 1992, т.28, вып.1, с.122-125.
117. Белова Е. Золотые травы России. СПб.: Невский проспект, 1999, 182 с. (Серия «Истоки здоровья»).
118. Белодубровская Г.А., Жохова Е.В. Номенклатура лекарственных растений, используемых в гомеопатии: Методическое пособие. СПб.: гос. хим.-фармац. акад. СПб.: 1998, 59 с.
119. Беляева В.А. Пряниковые растения, их свойства и применение. М., 1946, 108 с.
120. Блейз А. Лечебные овощи. М. 2000, 351 с.
121. Блинов В.А. Лекарственные растения. М.: Радуга, 2000, 64 с.
122. Блинов В.А. Лекарственные растения: При ране. М.. Радуга. 2000, 80 с. (Серия «Человек и его здоровье»).
123. Бокучава Г.Н., Пруидзе Г.Н., Ульянова. Биохимия производства растительных красителей. «Мецниереба», Тбилиси, 1976, 90 с.
124. Бокучава М.А., Уланова М.С. Флавоноидные вещества отдельных органов чайного растения. «Биохимия», т.26, вып., 4, 1961, с.615-620.
125. Бокучаева М.А., Пруидзе Г.Н. Богаты с витамином Р чайные красители и перспективы их применения. «Бюл. Всес. Н-и, чайн. Пром», 1965, №1 (18).
126. Болкцкий К.П., Воронцова А.Л., Карпухина А.М. Лекарственные растения в терапии злокачественных опухолей, Киев, 1966. 231 с.
127. Болцкий К.П., Воронцова А.Л. Лекарственные растения и рак Киев, 1982, 375 с.
128. Бондаренко Л.Т., Кирьянова А.А.; Перельсон М.Е. Хроматоспектрофотометрический метод количественного определения суммы флавоноидов в траве датиски коноплевой – *Datisca cannabina L.* -Фармац. Журн., 1980, т. 14 № 6., с 55-58.
129. Борисова А.Г., Маслина – *Olea L.* «Флора СССР», т. XVIII. М.-Л., изд-во АН СССР, 1952.
130. Борисова Н.А., Шретер А.И. К методике учета и картирования ресурсов лекарственных растений. // Растит. Ресурсы, 1966, т.32, вып. 2, с.271-277.
131. Брехман И.И. Человек и биологически активные вещества. М., 1980.
132. Бринк Н.П. Пряные растения. М, 1956. 174 с.
133. Бубенчиков Р.А. Фитохимическое изучение фиалки душистой. // Человек и его здоровье. // Сб. науч. работ. вып., 3, Курск, 2000, с.335-336.
134. Бубенчиков Р.А. Воронцева Н.И. Дроздова И.Л. Фенолкарбоновые кислоты представителей родов мальва, земляника, фиалка. // Актуальные

- проблемы медицины и фармации. Материалы 66-й конф. Студентов и молодых ученых. Курск, 2001. с.305-306.
135. Буданцев А.Л. Фундаментальные направления ботанического ресурсо-ведения и их развитие. // Раст.ресурсы. т.41, вы.1, 2005, с.3-27.
 136. Буданцев А.Л., Белодубровская Г.А. Основы экологии в охране лекарственных растений. Конспект лекций / Под ред. Г.П. Яковлева. – СПб., 2000, -96 с.
 137. Бурлакова Е.Б. Биоантиоксиданты в лучевом поражении и злокачественном росте. М., 1975, 214 с.
 138. Быков В.И., Глызин В.И. Флавоноиды рода *Crataegus*. «Химия природы соед.», 1972, №5, с.672.
 139. Варивцева Е.А. О возможном использовании датиски. Сообщ. Тадж Фил./АН СССР, 1949, вин. 15, с.10-12.
 140. Варлих В.К. Русские лекарственные растения СПб., 1912. 528 с.
 141. Василенко Н.Г. Малораспространенные овощи и пряные растения. М., 1962. 216 с.
 142. Васильев Н.Г. Ильм. М. 1986, 78 с.
 143. Ведерников Д.Н., Галашкина Н.Г., Карачкина Н.Л., Роштин В.И. Групповой состав компонентов почек *Betula pendula* Roth. – «Растит. Ресурсы», т.40, вып., 4, с.83-88.
 144. Верещагин В.И.Соболевская К.А., Якубова А.И.Полезные растения Западной Сибири М., Л, 1959, 348 с.
 145. Вершинин Н.В. Фармакология-М: Медгиз, 1952.
 146. Ветеринарный энциклопедический словарь. М., 1951.
 147. Ветчинкин А.Р. Естественные органические красящие вещества. Изд., Саратов, 1966.
 148. Виленский Е.Х.Дубильные Ивы и их рациональное использование М.-Л, 1941. 80 с.
 149. Владимир Преображенский. Очищение и лечение грецкими орехами. Изд., Баро. Пресс, Ростов-на-Дону, 2003, 32 с.
 150. Войткевич С.А. Эфирные масла для парфюмерии и ароматерапии. – М., Пищевая промышленность, 1999, 282 с.
 151. Ворошилов В.Н. Первоцвет лекарственный – его применение и культура-фармация, 1939 №11 с 19-21.
 152. Ворошилов В.Н. Поиски нового лекарственного сырья, М., 1941.
 153. Вульф Е.В., Малеева О.Ф.Мировые ресурсы полезных растений Л., 1969, 266 с.
 154. Высоцкий Г.А. Фитонциды и их роль в растениеводстве. -В кн: Фитонциды, их биологическая роль и значение для медицины и народного хозяйства. Киев, 1967. с.59.
 155. Выходцев И.В., Никитина Е.В.Дикорастущие пищевые и пищевкусовые растения Киргизии Фрунзе. 1974. 26 с.

156. Гаммерман А.Ф. Курс фармакогнозии Изд. 6-е Л., 1967, 704 с.
157. Гаммерман А.Ф., Гром И.И. Дикорастущие лекарственные растения СССР. М., 1976. 286 с.
158. Гарбузова Д.А. Влияние метеорологических условий в период формирования шишек на накопление горьких веществ и морфологию шишки.-Труды Украинской научно-исследовательской станции хмелеводства. 1959 в. VI.
159. Гасымов М.А., Гашымов Н. Использование растительных красителей в производстве пищевых продуктов и фармацевтических препаратов. Азербайджан: проблемы развития. 1996, № 32, с.17-18.
160. Гейдеман Т.С., Иванов Б.И., Ляликов С.И. Николаева Л.П., Пожариская Л.П., Холоденко В.Г., Школьников Т.А., Шутов Д.А. Полезные дикорастущие растения Молдавии. Кишинев, 1962, 416 с.
161. Георгиевский В.П., Комисаренко Н.Ф. Биологически активные вещества лекарственных растений. Изд., «Наука», 1980, Новосибирск, 336 с.
162. Гладкова В.Н. Кариологическое исследование родов подсемейства Maloideae и вопросы их систематики и филогении: Автореф. канд. дисс. Л., 1970.
163. Глухов М.М. Медоносные растения. Изд. 7-е. М., 1974. 304 с.
164. Головки Д.Н., Рожко Ф.М. Сбор, сушка, хранение и упаковка лекарственного сырья. М., 1950.
165. Гольишенков П.П. Лекарственные растения Мордовской АССР и их практическое использование. Саранск, 1961, 180с.
166. Гомеопатические лекарственные средства М, 1967. 372 с.
167. Горбунова Т.А. Лечение растениями: рецептурный справочник. 2-е изд. М., Аргументы и факты, 1996, 303 с.
168. Горпинский Г.Б., Яковлев Г.П. Комнатные растения: Целители в вашем доме. М. Фитон, 2000, 160 с. (Серия «Живой мир вокруг нас»).
169. Горяев М.И. Эфирное масла флоры СССР. Алма-Ата.
170. Государственная фармакопия СССР, вып., 1, Общие методы анализа. 11-е изд., М., 1987.
171. Государственная фармакопия СССР, изд., 8, 9, 10, 11.
172. Государственный реестр лекарственных средств. М., 2000.
173. Гриневич М.А., Зарва Л.А., Брехман И.И. Исследование сложных рецептов восточной медицины и их компонентов с помощью электронно-вычислительной машины. Сообщение 1. // Растит. Ресурсы, 1970, т.6, вып., 1, с.45-54.
174. Гриневич М.А., Брехман И.И. Исследование сложных рецептов восточной медицины и их компонентов с помощью электронно-вычислительной машины. Сообщение 2. Три десятка наиболее часто используемых лекарственных растений стран Юго-Восточной Азии. // Растит. Ресурсы, 1970 а, т.6, вып., 2, с.153-157.

175. Гриневич М.А. Брехман И.И. Исследование сложных рецептов восточной медицины и их компонентов с помощью электронно-вычислительной машины. Сообщение 3. Тонизирующие средства в лекарственной терапии восточной медицины. // Растит. Ресурсы, 1970 б, т.6, вып., 4, с.481-486.
176. Гриневич М.А. Брехман И.И. Исследование сложных рецептов восточной медицины и их компонентов с помощью электронно-вычислительной машины. Сообщение 4. Анализ рецептов для лечения некоторых заболеваний. // Растит. Ресурсы, 1971, т.7, вып., 4, с.500-503.
177. Гриневич М.А. Брехман И.И. Исследование сложных рецептов восточной медицины и их компонентов с помощью электронно-вычислительной машины. Сообщение 5. Наиболее часто используемые лекарственные растения традиционной медицины Кореи и Японии. // Растит. Ресурсы, 1977, т.13, вып., 2, с.261-267.
178. Гриневич М.А. Брехман И.И. Исследование сложных рецептов восточной медицины и их компонентов с помощью электронно-вычислительной машины. Сообщение 6. Анализ рецептов используемых в традиционной медицине Кореи и Японии. // Растит. Ресурсы, 1977, т.13, вып., 3, с.421-428.
179. Гроссгейм А.А., Исаев Я., И.И.Карягин, Р.Я.Рзаде. Лекарственные растения Азербайджана. Баку, 1942. 220 с.
180. Гроссгейм А.А. Растительные богатства Кавказа Изд. 2-е М., 1952. 632 с.
181. Гроссгейм А.А. Лекарственные растения Кавказа. Баку, 1943, 37 с.
182. Гроссгейм А.А. Определитель растений Кавказа. М., 1949.
183. Гроссгейм А.А. Флора Тальща. Тифлис, 1926.
184. Гроссгейм А.А.Исаев Я., Прилипка Л.И., Шутов Д.А. Витаминосодержащие растения Азербайджана Баку, 1942. 143 с.
185. Губанов И.А. Предмет и задачи ботанического ресурсоведения. // Растит. Ресурсы, 1973, т.9, вып., 4, с.614-620.
186. Губанов И.А., Крылова И.А., Тихонова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР. М., 1976. 360 с.
187. Гусейнов Д. Я. К фармакологии суммы сапонинов боярышника пятипестичного. Журн., «Фармакология и токсикология», 1965, т. 28, №2, с 172-176.
188. Гусейнов Д.Я. Фармакология боярышника. Азернешр, 1985. 152.
189. Гусейнов Д.Я. Фармакохимические и фармакологические изучения валерианы многолистной, произрастающей в Азербайджана. Докл. АН Азерб. ССР, 1951. Т.7, № 11, с 523-524.
190. Гусынин И. А. Токсикология ядовитых растений М. 1962. 264 с.
191. Гуцевич С.А., Шиврина А.Н. Съедобные дикорастущие травы. Л, 1942. 56 с.
192. Давидов М.В. Оляха. М, 1979, 77 с.

193. Дамиров И.А., Прилипко Л.И., Шукюров Д.З., Керимов Ю.Б. Лекарственные растения Азербайджана Изд. «Маариф» Баку, 1982.
194. Дамиров И.А. Дикий гранат Азербайджана как источник медицинской лимонной кислоты. Азмеджурнал №2, 1972, с 33-38.
195. Дамиров И.А., Багиров Р.Б. Полезные лекарственные растения Азербайджана (на азерб. языке). Баку, 1969.
196. Дамиров И.А., Шукюров Д.З. Некоторые успехи в области изучения лекарственных растений Азербайджана. Докл. АН Аз ССР, 1968, т. 24, №8, с. 89-93.
197. Данников Н.И. 1000 рецептов народной медицины. М., ПИРОЛ КЛАССИК, 2000, 352 с. (Серия «Резервы здоровья»).
198. Данников Н.И. Рецепты народной медицины. М., 1991, 48 с.
199. Данников Н.И. Чудо-целитель береза. М., ПИПОЛ КЛАССИК 2000, 320 с. (Серия «Резервы здоровья»).
200. Дерфлинг К. Гормоны растений. М., 1985, 303 с.
201. Дерюгина Л.И. Фитохимическое исследование некоторых видов астрагалов. Автореф. канд.дис. Харьков, 1967, 22с.
202. Дехтяр Б. Лекарство – чай. 3-е изд., доп. дораб. М., КСП, 1999, 125 с.
203. Джафаров А.Ф. Малораспространенные овощи. М., 1964.
204. Джемухидзе К.М., Нестюк М.Н., Милешко Л.Ф. Флавоноиды двулистных флешей чайного растения. «Биохимия», 1961, т.26, вып., 4, с.694-699.
205. Дикорастущие лекарственные растения Башкирии. Уфа, 1973. 307 с.
206. Дикорастущие полезные растения Крыма, Ялта, 1971. 278 с.
207. Дикорастущие полезные растения России. Сп. В., 2001.
208. Добрынин И.А. Естественные органические красящие вещества. Л., 1929.
209. Донцов В.В., Донцов И.В. Лекарственные растения и продукты пчеловодства: Более 400 рецептов и целебных сборов от всех болезней. М., Центрополиграф, Полюс, 2000, 511 с.
210. Доронина Ю. Растения силы и здоровья. СПб., Невский и проспект, 2000, 156 с. (Серия «Истоки здоровья. Советы Анастасии Семенович»).
211. Драгомирецкий Ю. Лечебные свойства картофеля. – СПб.: Невский проспект, 1999, 153 (Серия «Советы Анастасии Семенович»).
212. Дроздова И.А. Бубенчиков Р.А. Антиоксидантная активность полифенольных комплексов *Viola odorata* L. и *Fragria vesca*s. Растит. Ресурсы. 2004, т. 40, вып., 2. с.92-96.
213. Дубровин И.И. Целебная облепиха. М., Яуза, ЭКСМО-Пресс, 2000, 128 с. (Серия «Проверенное веками лечебные средства»).
214. Дубровин И.И. Целебная ромашка. М. 2000. 128 с.
215. Дубровин И.И. Целебный зверобой. М. 2000. 128 с.
216. Дубровин И.И. Целебный подорожник. М. 2000. 128 с.
217. Дубровин И.И. Целебный пустырник М. 2000. 128 с.
218. Дубровин И.И. Целебный столетник. М. 2000. 160 с.

219. Дубровин И.И. Целебный шалфей. М. 2000. 128 с.
220. Егоров А. Д. Витамин С и каротин в растительности Якутии. М. 1954, 248 с.
221. Егоров А.Д. Химический состав кормовых растений Якутии. М., 1960, 334 с.
222. Ездакова О.Д. Изменение содержания каротина и витамина А в молоке и масле в зависимости от кормления и породы животных. «Бюлл. науч. техн. информации всесоюз. науч.-исслед ин-та животноводства», 1957, №1(3), с.48-50.
223. Ефремов А.П., Шретер А.И. Травник для мужчин. М., Асадаль, 1996, 351 с.+16л вкл (цв. Фото 147 видов растений).
224. Жуковский П.М. Ботаника. Изд., «Колос». 1982, 623 с.
225. Жуковский П.М. Культурные растения и их сородичи. Изд., «Колос», Ленинград, 1971, 751 с.
226. Запесочная Г.Г. Флавоноиды. *Datisca cannabina* – Химия природ, соедин., 1982, №5, с 651.
227. Запрометов М.Н. Основы биохимии фенольных соединений. М., «Высшая школа», 1974, 214 с.
228. Зарубежные лекарственные и косметические средства из растительного сырья (Патенты и заявки, 2002 г). Изд. Раст.ресурсы, т.4, вып., 1, 131-151с.
229. Зелинский С.С. Лекарственные растения СССР. М., 1958.
230. Ибрагимов Ф.В., Ибрагимов В.С. Основные лекарственные средства китайской медицины. М., 1960. 411 с.
231. Иванов С.Д. Растительные масла СССР, М.; Л. 1931.36 с
232. Изаксон Е.Б. Новые и забытые растения в общественном питании Л.; 1934. 141 с.
233. Измирова Н.А., Стоянов Б.А., Джурова Е.Б. Средства за лечение на рани: Пат, 63680. Болгария, МПК 7 А 61. К, 33/00, № 104126; Опубл, 30.09.2002; Химия. 2003.03.20-190.264 П.
234. Илиева С. Лекарственные культуры. София, 1971, 260 с.
235. Иорданов Д., Николов П., Бойчинов Лен. Фитотерапия Изд 2-е. София, 1970. 349 с.
236. Ипатьев А.Н. Овощные растения земного шара Минск, 1966. 383 с.
237. Исаев Д.И. Ресурсы дикорастущих лекарственных растений высокогорий Талыша. «Растит. Ресурсы», т.40, вып., 4. с.80-85.
238. Исмаилов Н.М. Алколоидоносные растения Азербайджанской ССР. Баку, 1975. 199 с.
239. Казаков А.Л. Джумырко С.Ф. Хемотаксономическое изучение рода *Trifolium* L. // Растит. Ресурсы, 1979. т.15. вып., 3, с.344-356.
240. Казанцев А.П. Применение биофлавоноидов (Р-витаминных препаратов) в комплексной терапии инфекционных больных. – В кн: Кишечные инфекции. Л., 1972, с.131-133.

241. Казаринова Н.В. Ткаченко К.Г. Лекарственные растения в лечении разных форм туберкулеза. // Растит. Ресурсы, 2000, т.36, вып., 1, с.92-106.
242. Каменовский С. Полное очищение и лечение свеклой. Изд., Баро-Пресс, Ростов-на-Дону, 2003, 80 с.
243. Каратаев Е.С. Настольная книга овощевода. Л., 1983.
244. Каримджанов А.К., Исмаилов А.И., Садыгов А.С. Образование фенольных соединений в проростках хлопчатника. – «Хим. Прир. Соед», 1965, №5, с.350-353.
245. Каррер П. Курс органической химии. Л., 1962.
246. Каррыев М.О., Комисаренко Н.Ф. Фитохимическое исследование растений рода *Hurpeticum* L. флоры Туркмении. Изв. АН Туркменской ССР. Наука №3, 1980.
247. Карягин И.И. Флора Апшерона, Баку, Изд-во АН Азерб ССР, 1952.
248. Касумов М. А. Богатства «растительной аптеки» Азербайджан: проблемы развития -1995-№12. С. 15-17
249. Касумов М.А. Дикорастущие травянистые пищевые растения Азербайджана // Докл.АН Аз ССР 1990, т46, №6-7, с.51-55.
250. Касумов М.А. Дубильные растения флоры Азербайджана // докл. АН Аз ССР 1993-94, с.48. №1-2, с.109-112.
251. Касумов М.А. Красильные растения Азербайджана и возможности их использования. Автореф. Диссерт. На соиск. докт.биол.наук. Баку, 1998, 46 с.
252. Касумов М.А. Красильные растения Азербайджана. Баку, «Азернешр», 1980 с.92 (на азерб языке).
253. Касумов М.А. Научные основы сбора, сушки и хранения красильных растений // Изв. АН Аз ССР, сер.биол.наук 1982, №3, с.25-28.
254. Касумов М.А. Некоторые биологические особенности бархатцев (*Tagetes* L.) и их народнохозяйственное значение. Докл. Ан Аз ССР, 1982, т.88, №4. с.52-57.
255. Касумов М.А. Новые источники растительного сырья для получения желтого пищевого красителя // Докл. АН.Аз СССР-1990-т.46-№8-9-с 60-63.
256. Касумов М.А. Новые пищевые красители масложировой, бисквитной, карамельной и ликероводочной промышленности. Докл. АН Аз.ССР, 1984, т.40. №1, с.69-74.
257. Касумов М.А. О применении крушины ольховидной (*Frangula alnus* Mill) в красительном производстве // Изв. АН АзССР, сер.биол.наук, 1978, №2, с.12-19.
258. Касумов М.А. Хлопчатник это не только ткани, но и красители, лекарства, корм скоту. Азербайджан: проблемы развития-1996. №37. С. 20-24.

259. Касумов М.А., Агаев Д.М. Выращивание промышленного полезного пищевого красителя шток-розы в условиях Азербайджана (Методические рекомендации). Баку Изд-во Самург-1992. 26 с.
260. Касумов М.А., Гаджиева Н.Ш. Дикорастущие травянистые пищевые растения Азербайджана, как источник витаминов. Науч. педагогические Изв. Университета Одлар Юрду №8. Баку 2003. 91-98 с.
261. Касумов М.А., Гасымов А.А Полифенольные желтые пищевые красители. Пищевая промышленность-1994 №6 с 12.
262. Касумов М.А., Гашимов Н.Ф. «Женьшень» Азербайджан: проблемы развития-1996. №-10. С. 18-20.
263. Касумов М.А., Исмаилов Н.В. Гашимов Н.Ф. Научные основы изучения лекарственных растений Азербайджана. Труды Академии националтвор. Азербайджана-1995. №1 с.82-86.
264. Касумов М.А., Керимов Ю.Б., Бабаев Р.А., Исаев Н.Я. Способ получения красного пищевого красителя. А.с-704, 971 СССР М.Кл2 А 23, С 091361/00
265. Касумов М.А., Керимов Ю.Б., Сулейманов Т.Ю, Мамедов Ф.М. Способ получения красного пищевого красителя из растительного сырья А.С.778230 СССР, М.кл3 С09 В61/00.
266. Касумов М.А., Керимов Ю.Б., Фархадова М.Т., Гулиев Б.М. Способ получения красного пищевого красителя А.с.873674 ССР, М.кл3 С 09 В61/00.
267. Касумова Т.А. Боярышник шовица – новый вид флоры Нахичеванской АССР. Докл. АН Азерб. ССР, т.32, №3, 1976, с.61-62.
268. Касумова Т.А. Боярышники Азербайджана. Автореферат канд. Дисс. Баку, 1985, 19 с.
269. Касумова Т.А. Боярышники Азербайджана. Актуальные вопросы бот. В СССР. Тез. Докл. VIII дел. Съезда ВБО. Изд., «Наука», Казах ССР, Алма-Ата, 1988, с.22.
270. Касумова Т.А. Боярышники Нахичеванской АССР. Доклады АН Азерб. ССР, т.31, № 14, 1985, с.54-57.
271. Касумова Т.А. Два новых вида рода боярышник для Закавказья. Ботан ж., т.71, №11, 1986, с.564-566.
272. Касумова Т.А. Запасы плодов видов боярышника в Нахичеванской АССР. Растит. Ресурсы, №2, 1991, с.63-66.
273. Касумова Т.А. Кулиев В.Б. Химическое изучение плодов боярышника мейера. Известия АН Азерб. ССР, серия биол. Наук. №4, 1984, с.15-19.
274. Касумова Т.А. Новые виды боярышника для флоры Азербайджана. Докл АН Азерб. ССР, т.39. №17, 1983, с.73-75.
275. Касумова Т.А. Новые виды боярышника для флоры Азербайджана. Доклады АН Азерб. ССР, т.37, №1, 1981, с.69-71.

276. Касумова Т.А. О забытом виде рода Боярышника. Ботан. Ж, №7, 1991, с.985-986.
277. Ковалева Н.Г. Лечение травами: Очерки по фитотерапии. М. Медицина, 1972. 352 с.
278. Колесниченко, Ищенко В.И. К изучению бальзама древности – мумие. Здравоохранение Белоруссии, 1966, №11.
279. Корестылев Н.Б. От Алоя. М.: Медицина, 1987. 285 с.
280. Коровкин Б.Ф. Ферменты в жизни человека. «Медицина», 1972.
281. Корсун В.Ф., Ситкевич А.Е., Ефитов В.В. Лечение кожных болезней препаратами растительного происхождения. Минск, «Беларусь», 1995, 384 с.
282. Кортиков В.Н., Кортиков А.В. Полная энциклопедия лекарственных растений. Ростов-на Дону, Изд. дом. «Проф-Пресс», 2002, 800 с.
283. Костина Л. А. Лечение зверобоем. -СПБ. 2000-192 с.
284. Костина Л. А. Лечение лопухом. -СПБ. 2000-160 с.
285. Костина Л. А. Лечение овесом. -СПБ. 1999. 160 с.
286. Кретович В.Л. Основы биохимии растений. М., изд-во «Советская наука», 1956.
287. Куваев В.Б., Денисова Л.В. Пошкурлат А.П. О принципах охраны дикорастущих полезных растений (на примере лекарственных растений) // Растит. Ресурсы, 1981, т.17, вып., 2, с.272-281.
288. Кудымов В.М., Шепталов Н.Н. Чай – напиток и лекарство. «Фельдшер и акушерка», №1, 1979.
289. Кукунов М.К., Михайлова В.И. Содержание флавоноидов в дикорастущих растениях Алма-Атинской области. «Изв. КазССР», 1972, №4, с.12-17.
290. Кулеш Н.И., Красовская и др. Особенности химического состава двух видов *R. rugosa* L. На северных границах ареалов. Растит. Ресурсы, 1988, т.24, вып., 3, с.420-424.
291. Куреннов П.М. Русский народный лечебник. Воронеж, 1993, 254 с.
292. Кучеров Е.В. и др. Дикорастущие лекарственные растения Башкирии-Уфа: Бешкниго издам, 1971-3 86 с.
293. Кучеров Е.В. и др. Ресурсы основных видов дикорастущих лекарственных растений в Башкирии. Уфа, 1991-150 с.
294. Кучеров Е.В. Ресурсы и интродукция полезных растений в Башкирии. М. Наука, 1979. 264 с.
295. Кучеров Е.В., Галеева А.Х. Ресурсы основных видов дикорастущих лекарственных растений в Башкирии. Уфа, 1986. 150 с.
296. Кучеров Е.В., Лазарева Д.Н., Десяткин и др. Дикорастущие лекарственные растения Башкирии-Уфа, 1990.
297. Кучеров Е.В., Лазарева Д.Н. Целебные растения и их применение-Уфа. 1993-288 с.

298. Кучеров Е.В., Сираева С.М. Медоносные растения Башкирии.-М: Наука, 1980-228 с.
299. Кучсо А.А., Белоногова Т.В. Изменение структуры и особенности восстановления заросли ландыша майского при разных режимах эксплуатации. // Растит. Ресурсы, 1981, т.17, с.56-62.
300. Лавренова Г.В. Лечение соками-СПБ.: 2000-176 с.
301. Лавренова Г.В. Лечение чаем-СПБ: «Неве», М.: 1999-143 с.
302. Лавренова Г.В., Лавренов В.К. 1200 лекарственных сборов. Донецк: 2000-352 с.
303. Лазнев Н. Народные способы лечения: Травник. М., Мартин, 1999. 479 с.
304. Лебедев С.М. Физиологическая роль каротина в растений. Киев, изд-во АН УССР, 1953.
305. Леголоблишвил Е.К., Пуцунова А.Я. Чай-медицина. Батуми, 1975.
306. Лекарственные препараты, разрешение к применению в СССР. М., 1979.
307. Лекарственные растения в научной и народной медицине. Изд. 5-е. Саратов, 1978. 359 с.
308. Лекарственные растения и их применение в медицине. Саратов, 196-293.
309. Лекарственные растения СССР: Культивируемые и дикорастущие. М., 1967. 400 с.
310. Лекарственные растения: растения-целители. /Под.ред. АФ.Гаммерман И.Д. Изу. 2-е. М., 1976. 389 с.
311. Логинов А.С., Блок Ю.Е. Хронические гепатиты и циррозы печени. Москва «Медицина», 1987, 252 с.
312. Лосцкий К/Б, Дуб. М. 1981-98, 100 с.
313. Ляшенко Н.И. Биохимическая характеристика некоторых сортов хмеля. Прикладная биохимия и микробиология, 1977.
314. Ляшенко Н.И. Фенольные соединения в различных органах хмеля.- Физиолог. и биохит. культ. растений, 1977, т.9, вып., 3.
315. Ляшенко Н.И. Химический состав эфирных масел хмеля.-Веб: Хмелеводство. Киев: Урожай, 1975.
316. Маасуми С.М., Бобров А.Б. Дикорас А.В. Дикорастущие пищевые растения Западного Ирана. Растит. Ресурсы, 2004, т.40, вып., 4, с.86-93.
317. Мазнев Н. 2000 рецептов народной медицины. М., Мартин, 1999, 527 с.
318. Мазнев Н. Лекарственные растения Справочник. М., Мартин, 1999, 479 с.
319. Майер Ф. Естественные органические красящие вещества. М., 1940.
320. Макаревич Н.С. Целительницы природы. «2-е изд. Испр., доп. Саратов: Стипо, 2000, 288 с.
321. Макеенно С.Г., Алексеев Б.Д., Гаммерман А.Ф. Лечение травами. Изд. 2-е. Л., 1978. 159 с.
322. Максимов О.Б., Горовой П.Г., Кривошекова О.Е. Распространение антиоксидантов среди травянистых цветковых растений Приморского края. // Растит. Ресурсы, 1985а, т.21, вып., 4, с.426-430.

323. Максимов О.Б., Кривошекова О.Е. и др. Распространение антиоксидантов среди травянистых цветковых растений Приморского края. Растит. Ресурсы, 1985, т.21, вып., 4, с.426-431.
324. Максимюк Г.В. Лечение тысячелистником. СПб. Изд., дом «Литера», 2003, 64 с.
325. Марх А.Т. Биохимия консервирования плодов и овощей. М.. «Пищевая промышленность», 1973, 371 с.
326. Махлаюк В.П. Лекарственные растения в народной медицине. Саратов, 1967. 559 с.
327. Махлаюк В.П. Лекарственные растения в народной медицине М., «Нива расии» 1992.
328. Машанов В.И., Покровский А.А, Пряно-ароматические растения. М. 1991, 283 с.
329. Машковский М.Д. Лекарственные средства: В 2-хт. М. 1977, т. 1. 624 с; т.2,255.
330. Медведев П.Ф. Пищевые растения СССР. В кн: растительное сырье СССР: В 2-хт. М.Л., 1957, т2, с.5-151.
331. Меницкий Ю.Л. Дубы Кавказа. Л., Наука, 1971.
332. Меницкий Ю.Л. Обзор видов рода «Quercus» Евразии. Л., Наука, 1982.
333. Метлицкая Л.В. Биохимия плодов и овощей. М., «Экономика», 1970, 271 с.
334. Методика определения запасов лекарственных растений. М., 1986.
335. Минаева В.Г. Флавоноиды в онтогенезе растений и их практическое использование. Изд., «Наука», Новосибирск, 1978, 252 с.
336. Михайлов Л.Е. Осина. М. 1985-71 с.
337. Муравьева Д.А. Гаммерман А.Ф. Тропические и субтропические лекарственные растения. Изд., «Медицина», Москва, 1974, 321 с.
338. Мурахтанов Е.С. Липа. М. 1981. 78 с.
339. Мухамедшин К. Д. Арча 1980. М. 91 с.
340. Насудари А. А. Химическое исследование флавоноидного состава мужских соцветий ивы козей, произрастающей в Азербайджане-Изв.АН Аз СССР, 1965, №4, с.97-104.
341. Никитин Г.И. Гуми (Культурный ягожник). «Природа», №4, 1956.
342. Николаев Р.П., Романова А.Ф. Влияние веществ, относительных к витамину Р, на устойчивость аскорбиновой кислоты. В. Сб. «Витамины Р». М., Изд-во АН ССР, 1959.
343. Никонов Г.К., Пименов М.Г. Зорин Е.Б. Хемосистематическое изучение дальневосточных видов рода *Angelica L.* Растит. Ресурсы. 1966, т.2, вып., 4, с.505-513.
344. Никонов Г.К., Пименов М.Г., Зорин Е.Б. Хемосистематическое изучение дальневосточных видов рода *Angelica L.* // Растит. Ресурсы, 1966, т.2, вып., 4, с.505-513.

345. Новрузов Э.Н. Каротиноиды и стерины некоторых форм *Niprophae thamnoides* // Химия. Природ. Соедин. 1981 №1. С. 98-99.
346. Новрузов Э.Н., Асланов С.М. Изучение динамики накопления аскорбиновой кислоты в плодах облепихи // Докл. АН Аз. СССР. 1983. Т.39, №4. С. 59-63.
347. Ноженко А.А. К вопросу о максимальном использовании биологически активных веществ моркови. В сб. «Тр. ин-та эксперим. медицины АН Латв. ССР». 14, 1957, с.145-148.
348. Носаль М.А., Носаль И.М. Лекарственные растения в народной медицине. М., СП «Внешсиберика», 1991.
349. Носаль М.А., Носаль И.М. Лекарственные растения и способы их применения в народе. Киев, 1959.
350. Оголовцев Г.С. Энциклопедический словарь лекарственных эфиромасличных и ядовитых растений. М., 1951.
351. Опарин А.И. Зеленый дыхательный пигмент *Helianthus annus*. «Изв. Российск. Акад. Наук. Сер б», 1922, т.26, с.535-546.
352. Орлов И.И. Березовый сок. М. 1982. 54 с.
353. Павлов Н.В. Растительное сырье Казахстана, М.; Л. 1947. 552 с.
354. Пакудина З.П. Флавоноиды некоторых видов алтей. В кн: Вопросы химии. Трашшиенм, 1977. С. 12-15.
355. Пакудина З.П., Садыхов А.С., Денилева П.К. О флавоноидов цветов *Gossipium hirsutum* L. Хлопчатника сорта 108-ф. – «Хим. Прир. Соед», 1965, №1, с.67-70.
356. Пантилеев Я.Х. Конвейер зеленых овощей. М., Московский рабочий, 1987. 238 с.
357. Пантилеев Я.Х., Соловьева В.К., Смирнов И.М. Испытание сортов кочанного салата. // Картофель и овощи, 1981, №3.
358. Петров Б.А. Красительные растения Азербайджана. Изд., Азерб. АН ССР, Баку, 1940.
359. Петрова В.П. Динамика флавоноидов в плодах боярышника. В кн: Природная флора Украины и Молдавии и обогащение ее путем интродукции. Киев, «Наукова дутка», 1972, с.99-100.
360. Петяев С.И. Маслина – *Olea L.* В кн: «Деревья и кустарники СССР», т.V, М.-Л., изд-во АН СССР, 1960.
361. Покровский А.А. Пицца как носитель и предшественник биологически активных веществ. Ж.ВХО им. Д.И.Менделеева. 1978, с.23-24.
362. Полетико О.М. Деревья и кустарники СССР. Т.3. М.-Л., Изд-во АНССР, 1954.
363. Попов А.П. Лесные целебные растения М. 1973. 192 с.
364. Потапова Н.Ф. Возможные пути сохранения некоторых лекарственных растений, внесенных в Красную книгу СССР. Растит. Ресурсы, 1993, т.29, вып., 4, с.40-45.

365. Похлебкин В.В. Чай. М., 1981.
366. Прилипко Л.И. Деревья и кустарники Азербайджана. т.1. Баку, Изд-во АН Азерб ССР, 1961.
367. Прилипко Л.И. Растительный покров Азербайджана, Баку, «Элм» 1970.
368. Пряно-ароматические растение СССР и их использование в пищевой промышленности М., 1963. 430 с.
369. Райнботе Х. Тайна растений. М.: Знание, 1979, 208 с.
370. Растения, применяемые в быту. М., 1966, 280 с.
371. Растительные ресурсы СССР. Л., «Наука», 1988.
372. Растительные ресурсы СССР. Л., «Наука», 1990.
373. Растительные ресурсы СССР. Л., «Наука», 1991.
374. Растительные ресурсы СССР. Цветковые растения, их химический состав использования. Л., «Наука», 1986.
375. Растительные ресурсы, т.1-12. Л., 1965-1996.
376. Растительные ресурсы. Т.38, вып., 1-4, 2002.
377. Растительные ресурсы. Т.39, вып., 1-4, 2003.
378. Растительные ресурсы. Т.40, вып., 1-4, 2004.
379. Рева М.Л., Липовецкий В.М. Растения в быту. Изд. 2-е. Донецк. 1977. 208с.
380. Редкие и исчезающие виды флоры СССР. 264 с.
381. Рзазаде Р.Я. Изучение кровоостанавливающих растений Азербайджана- Изд Азерб. Фил/ АН ССР, 1942, №6, с. 15-24.
382. Рубцов В.Г. Зеленая аптека-Лениздат, 1984-240с
383. Румовский Б.Н. Эфирные масла Т.1.М.: Л., 1931.594 с
384. Русанов Ф.Н. Интродуцированные боярышники Ботанического сада АН УЗССР. В кн.: «Дендрология Узбекистана», «Наука», 1965.
385. Русанов Ф.Н. История развития и акклиматизация растений. Ташкент, изд-во «Фан», АН УЗССР, 1970.
386. Русский народный лечебный травник и цветник. Изд. 2-е, М., 1892-1893.
387. Савинов Б.Г. Каротин. Киев, изд-во АН УССР, 1948.
388. Салов В.М. Растения и медицина. М., 1968.
389. Самородова-Бианки Г.Б. Антоцианы и флавоноиды клубней и цветков картофеля. «Труды по прикл. Бот. Ген. И сел», 1965, т.37, вып., 1, с.147-155.
390. Самородова-Бианки Г.Б. Методика изучения некоторых биологически активных веществ плодов яблони. «Труды по прикл.бот.ген. и сел», 1972, т.48, вып., 1, с.195-202.
391. Самородова-Бианки Г.Б. Флавоноиды как природные антиоксиданты аскорбиновой кислоты плодов и ягод. «Биохим», 1965, т.30, вып., 2, с.248-254.
392. Садыперова И.Ф. Борщевики флоры СССР. Новые кормовые растения. 1984.

393. Сацыперова И.Ф., Комиссаренко Н.Ф. Хемосистематика рода *Heracleum* L. флоры СССР. Сообщение 1. Секция *Heracleum*. Растит. Ресурсы, 1977, т.13, вып., 4, с.586-604.
394. Сацыперова И.Ф., Комиссаренко Н.Ф. Хемосистематика рода *Heracleum* L. флоры СССР. Сообщение 2. Секция *Pubescentia* Manden // Растит. Ресурсы, 1978 а, т.14, вып., 3, с.333-347.
395. Семенова Н. Алоэ – природный целитель. М., 1999, 63 с.
396. Сергиенко М.Е. Ученые земледельцы древней Италии. Л., 1970.
397. Середин Р.Н., Соколов С. Д. Лекарственные растения и их применение. Изд. 4-е 8. Ставрополь, 1978. 288 с.
398. Серкеров С., Алескерова А.Н. Хемотаксономическое разнообразие представителей рода *Artemisia* (Asteraceae) флоры Азербайджана. Сообщение 1. Сесквитерпеновые лактоны А. Растит. Ресурсы, 2004, т.40, вып., 4, с.105-110.
399. Скворцов А.К. Ивы СССР. М., 1968.
400. Складчиков Л.Я., Гурбанов И.А. Лекарственные растения в быту. М., 1970. 222 с.
401. Складчиков Л.Я. Целебные свойства пищевой растений М.; 1972. 272 с.
402. Словарь полезных растений на двадцати европейских языках. Изд., «Наука», Москва, 1970, 364 с.
403. Соколов В.Б. Каштан. М. 1984-80 с.
404. Соколов С.Я., Замотаев И.П. Справочник по лекарственным растениям. М., «Медицина», 1990, 462 с.
405. Соколов С.Я., Замотаев И.П. Справочник по лекарственным растениям. М., 1985, 464 с.
406. Соколова В.С. Алкалоидоносные растения СССР. М.-Л., 1952, 980 с.
407. Справочник целбника. 500 рецептов от 50 болезней. Логос-Медиа, 2005.
408. Сыртанова Г.А. Флавоноиды чистотела большого (*Chelidonium majus* L.) – В кн: Интродукция и акклиматизация полезных растений в Казахстане. Алма-Ата. «Наука», 1972, с.105-107.
409. Такалн Д.А., Ефимова Ф.В. Лекарственная флора Кавказа М.: 1979. 368 с.
410. Телятьев В.В. Целебные клады восточной Сибири. Иркутск, 1976. 446 с.
411. Теслов Л.С. Сравнительное изучение флавоноидного состава видов рода *Sampanula* L. // Растит. Ресурсы, 2000, т.36, вып., 1, с.44-53.
412. Трофимова Е.П. Некоторые дикорастущие пищевые растения Таджикистана как источник витаминов, Изв. АН. Тадж ССР. 1977, №1, с. 43-48.
413. Турова А.Д., Сапожникова Э.Н. Лекарственные растения СССР и их применение. М., 1983. 288 с.
414. Турова А.Д. Лекарственные растения СССР и их применение. Изд 2-е 1974. 424 с.

415. Федоров Ал.А. и Полетико О.М. Яблоня – *Malus Mill.* В кн. «Деревья и кустарники СССР», т. III, М.-Л., Изд-во АН СССР, 1954.
416. Федоров Ал.А. Ботаническое ресурсоведение к 60-летию Великой Октябрьской Социалистической Революции. // Растит. Ресурсы, 1977, т. 13, вып., 4, с. 581-586.
417. Федоров Ал.А. Ботаническое ресурсоведение как наука и его положение в системе научных знаний. // Раст. ресурсы, 1966, т. 2, вып., 2, с. 165-181.
418. Федоров Ал.А. Важнейшие задачи ботанического ресурсоведения на современном этапе. // Растит. Ресурсы, 1969, т. 5, вып., 1, с. 3-11.
419. Федоров Ал.А. Полвека изучения растительных ресурсов СССР. // Растит. Ресурсы, 1967, т. 3, вып., 3, с. 317-329.
420. Федоров Ал.А. Растительные ресурсы СССР для народного хозяйства и медицины. // Растит. Ресурсы, 1965, т. 1, вып., 1, с. 5-19.
421. Федоров Ал.А., Пименов М.Г. Хемосистематика, ее проблемы и практическое значение. Сообщение 1. // Растит. Ресурсы, 1967, т. 3, вып., 1, с. 17-29.
422. Феофраст. Исследования о растениях. // Пер с греч. М.Е.Сергиенко. М.-Л., 1951.
423. Фердман Д.Л. Биохимия. М., Изд-во «Высшая школа», 1959.
424. Филатов О.Г. Лечение облепихой. СПб.: Изд., Дом «Литера», 2003, 64 е.
425. Флора Азербайджана, тт. I-VIII. Баку, Элм. 1950-1961.
426. Халецкий А.М., Сухлицкая Ю.М. Фитохимическое исследование цветов бессмертника. В Сб. «Науч. Тр. Ленинград» хим-фармацевт ин-та», т. 2, 1957, с. 56-64.
427. Халматов Х.Х. Дикорастущие лекарственные растения Узбекистана. Ташкент, 1964. 279 с.
428. Харламова О.А., Кафка Б.В. Натуральные пищевые красители. М., «Пищевая промышленность», 1979, 190 с.
429. Циновкис Р.Е. Боярышники Прибалтики. Рига, изд-во «Зинатне». 1971.
430. Черепанов С.К. Сосудистые растения России и сопредельных государств. СПб., 1995.
431. Черепанов С.К. Сосудистые растения СССР. Л., 1981, 509 с.
432. Чиманова АВ., Васильев Н.Г. Ясень. М. 1984, 99 с.
433. Чуролинов П. Фитотерапия в дерматология и косметике. София-Медицина и физкультура, 1979. 147 с.
434. Шалыт М.С. Дикорастущие полезные растения Туркменской ССР. М., 1951. 222 с.
435. Шененбергер В. Соки растений-источник здоровья М., «Знание», 1979.
436. Шретер А.И. и др. Лекарственная флора Кавказа. М., 1979, 368 с.
437. Шретер А.И. Лекарственная флора совестского Дальнего Востока. М., 1975, 327 с.

438. Шретер А.И. Лекарственные растения Дальнего Востока. Владивосток, 1970, 136 с.
439. Шретер А.И. Лекарственные растения и растительное сырье, включенные в отечественную фармакологию. М., 1972, 119 с.
440. Шухободский Б.А. О термине «растительные ресурсы». // Растит. Ресурсы, 1972, т.8, вып., 3, с.432-435.
441. Экстракты в средствах декоративной косметики. М., 1986, 21 с.
442. Эсенова Х.Е. Интродуцированные виды Боярышника в Туркменском Ботаническом саду. Интродукция и экология растений. Вып., 2, из-во «Ылым», Ашхабад, 1974.
443. Юлешко К.С. Кормовая мольва М., 1962. 55 с.
444. Юркевича И.Д. Лишенина И.Д. Лекарственные растения и их применение. Изд. 7-е. Минск, 1967. 520 с.
445. Юхананов Д.Х., Краснов Е.А. Распределение тритерпеновых гликозидов и флавоноидов в сем. *Sargophyllaceae*. // Растит. Ресурсы, 1973, т.9, вып., 4, с.540-548.
446. Яковлев-Сибиряк И.И. Облепиха и лях. Изд., 3. М., Сельхозгиз, 1954.
447. Якубова А.И. Косметика и флора: растения в лечебной косметике-Кемерова, 1980-127 с.
448. Янис Х.Я. Приемные часы для здоровых.-М.: Медицина, 1987-175.
449. Ярощевская Б. Труд и красота.-М. Лрофиздат, 1986, 223 с.
450. Arimoto M. Studies on *Humulus japonicus siebold et Luccarini*.-Yakiigaku rasshi, 1962, vol 82. N 99, p. 133 I-1332
451. Averett I.E., Bohm B.A. Eight flavonol glucosides in *pyrola* (*pyrolaceae*) – *Phytochemistry*, 1986, vol. 25, № 8. p.1995-1996.
452. Bean W.I. Trees and shrubs hardy in the British isles. Vol. I, London, Iohn. Murray, Albermarle st. W., 1950.
453. Britton and Brown – Illustrated floea of the Northeastern United states and adjacent Canada. Lancaster press. Penna, 1952.
454. Cook F.E.M. Economic botany data collection standard. Kew, 1995.
455. Franz G. Die Schleimpolysaecharide von *Althae officinalis* und *Malva silvestris-planta med.*, 1966. vol.14.
456. Garber K. The fodder value of stinging nettle (*Urtica dioica*)-Landveirt.Forsch., 1950, Bd 2,32-37; Chem Abstrs, 1950, vol.44, Ks 8016.
457. Harborne I.B. Comparative biochemistry of the family Primulaceae. «Phytochem», 1968, V 7, p.1215.
458. Harborne I.B. Comparative biochemistry of the flavonoides. L-N.Y., Acad. Press, 1967, p.383.
459. Haznagy An. Felicromodszer a Frangulae cortex glikpfrangulin: A+B tartalmenax Spektrofotometios meghatrozasara. // Gyogyszerezset. 1977, Vol. 21, No.7, p.247-250.
460. Kruschke E.P. Taxonomy *Crataegus* Wisconsin, USA, February, I, 1965.

461. Nowicky W. Mittel zur Behandlung von Ostoporose: Pat 407.608 Австрия, ПМК7 А 61 К 31/47, № 578/94; Оpubл. 25.052001; Химия 2004, 04.01.190.24311.
462. Palmer E.I. Crataegus in the northeastern and central United States and adjacent Canada. – Bittanis, 1946.
463. Rehder A. Manual of cultivated trees and shrubs Hardy in North America. Ed., 11. New York, 1949.
464. Turrill W.B. Wild and cultivated olives. Kew Bull., 1951, No.3 (1952).
465. Takei M. (Noevir Co., Ltd). Cosmetiks containing natural products. JPN. Kokai Toyuyo Koho JP 2002, 97, 149 (Cl. A61 IK 35/78); 2 Apr 2002, Appl.2000/285, 127. 30 Sep 2000; Chem. Abstrs 2002. Vol. 136, 284178 p.
466. Zuckerman A. Appetite suppressant toothpaste: Pat 6485710 USA, A61 K7/26, No 9/749021, 26.11.2002, 424/58.

MÜNDƏRİCAT

Ön söz	3
Xalq təbabətinin çoxəsrlik inkişaf tarixinə qısa nəzər	6
Mamırkimilər — Bryophyta	
İslandiya mamırı — <i>Cetraria islandica</i>	10
Şam — Pinaceae fəsiləsi	
Eldar şamı — <i>Pinus eldarica</i>	14
Taxıllar — Poaceae fəsiləsi	
Qarğıdalı — <i>Zea mays</i>	17
Soğankimilər — Alliaceae fəsiləsi	
Qalib soğan — <i>Allium victorialis L</i>	19
Asparaqus — Asparagaceae fəsiləsi	
Qulançar (Mələçöyüd) — <i>Asparaqus officinalis</i>	20
Zanbaq — Liliaceae fəsiləsi	
May inciçiçəyi — <i>Convallaria majalis</i>	21
Tikanı loğman və ya müalicə kaktusu Aloya (Əzvay) — <i>Aloe</i>	24
Hind soğanı — <i>Ornithogalum indicum</i>	39
Süsən — Iridaceae fəsiləsi	
Sarı süsən — <i>Iris pseudacorus</i>	41
Söyüd — Salicaceae fəsiləsi	
Söyüd — <i>Salix</i>	43
Qovaq — <i>Populus</i>	50
Qoz — Juglandaceae fəsiləsi	
Ooz — <i>Juglans regia</i>	51
Tozağacı — Betulaceae fəsiləsi	
Əyilən tozağacı — <i>Betula pendula</i>	56
Boz qızılağac — <i>Alnus incana</i>	62
Fıstıq — Fagaceae fəsiləsi	
Palıd — <i>Quercus</i>	64
Qarağac — Ulmaceae fəsiləsi	
Qarağac — <i>Ulmus L.</i>	69

Tut — Moraceae fəsiləsi	
Maklyura — <i>Maclura pomifera</i>	70
Gicitkən — Urticaceae fəsiləsi	
İkievli gicitkən — <i>Urtica dioica</i>	71
Bağamburc — Loranthaceae fəsiləsi	
Bağamburc (həmişəcavan) — <i>Viscum album</i>	77
Qırxbuğum — Polygonaceae fəsiləsi	
Subibəri — <i>Polygonum hydropiper</i>	83
Tərəçicəklilər — Chenopodiaceae fəsiləsi	
Çuğundur — <i>Beta vulgaris</i>	84
Spanaq (mədənin süpürgəsi) — <i>Spinacia oleracea</i>	88
Qərənfilçicəklilər — Caryophyllaceae fəsiləsi	
Hemiyar — <i>Herniaria glabra</i>	89
Bəzək qərənfil — <i>Dianthus calocephalus</i>	92
Dərman sabunotu — <i>Saponaria officinalis</i>	93
Suzambağı — Nelumbonaceae fəsiləsi	
Şanagüllə — <i>Nelumbo nucifera</i>	95
Qaymaqçicəklilər — Ranunculaceae fəsiləsi	
Kalta — <i>Caltha polypetala</i>	96
Üzgəcotu — <i>Trollius asiaticus</i>	97
Üzümyarpaq ağəsmə — <i>Clematis vitalba</i>	99
Həqiqi fikariya — <i>Ficaria ficarioides</i>	100
Sürünən qaymaqçicək — <i>Ranunculus repens</i>	101
Xaşxaş — Papaveraceae fəsiləsi	
Dəmrovotu (Ziyilotu) — <i>Chelidonium majus</i>	102
Şahərə — Fumariaceae fəsiləsi	
Dərman şahərə — <i>Fumaria officinalis</i>	106
Xaççicəklilər — Brassicaceae fəsiləsi	
Qövsvari vəzərək — <i>Barbarea arcuata</i>	107
İsitməotu — <i>Erysimum</i>	109
Turp — <i>Raphanus raphanistrum</i>	110
Gülçicəklilər — Rosaceae fəsiləsi	
Dərman sincanotu — <i>Sanguisorba officinalis</i>	111
Şərqi alması — <i>Malus orientalis</i>	113

Qafqaz quşarmudu — <i>Sorbus caucasica</i>	114
Yemişan — <i>Crataegus</i>	125
Bozumtul böyürtkən — <i>Rubus caesius</i>	131
Adi moruq — <i>Rubus idaeus</i>	134
Meşə çiyələyi — <i>Fragaria vesca</i>	140
Bataqlıq gördəvəri — <i>Comarum palustre</i>	143
Qarağacarpaq quşqonmaz — <i>Filipendula ulmaria</i>	145
İpekli şaxduran — <i>Alchemilla sericata</i>	146
Gavali — <i>Prunus domestica</i>	148
Göyəm — <i>Prunus spinosa</i>	150
Badam — <i>Amygdalus communis</i>	151

Paxlahlılar — Fabaceae fəsiləsi

Yapon soforası — <i>Styphnolobium japonicum</i>	152
Əkin ononisi — <i>Ononis arvensis</i>	155
Əkilən qarayonca — <i>Medicago sativa</i>	157
Gəvən — <i>Astragalus dasyanthus</i>	159
Yerfindiği — <i>Arachis hypogaea</i>	160
Göy noxud — <i>Pisum sativum</i>	161
Adi lobyə — <i>Phaseolus vulgaris</i>	164

Ətirşahçiçəklilər — Geraniaceae fəsiləsi

Çəhrayış şamdangülü — <i>Pelargonium zonale</i>	165
---	-----

Üzərlikçiçəklilər — Peganaceae fəsiləsi

Adi üzərlik — <i>Peganum harmala</i>	168
--	-----

Ataşabalıdı — Hippocastanaceae fəsiləsi

Ataşabalıdı — <i>Aesculus hippocastanum</i>	174
---	-----

Murdarça — Rhamnaceae fəsiləsi

Qızılağac mürdəşər — <i>Frangula alnus</i>	175
--	-----

Cökə — Tiliaceae fəsiləsi

Qafqaz cökəsi — <i>Tilia begoniifolia</i>	176
---	-----

Əməköməci — Malvaceae fəsiləsi

Meşə əməköməcisi — <i>Malva sylvestris</i>	179
Dərman bəlgəmotu — <i>Althaea officinalis</i>	181
Pambıq — <i>Gossypium</i>	184

Çay — Theaceae fəsiləsi

Çay — <i>Thea sinensis</i>	185
----------------------------------	-----

Dadı — <i>Hypericaceae</i> fəsiləsi	
Dadıotu — <i>Hypericum perforatum</i>	191
Bənövşə — <i>Violaceae</i> fəsiləsi	
Üçrəngli bənövşə — <i>Viola tricolor</i>	197
Canavargiləsi — <i>Thymelaeaceae</i> fəsiləsi	
Adi canavargiləsi — <i>Daphne mezereum</i>	198
İyda — <i>Elaeagnaceae</i> fəsiləsi	
Çaytikanı — «Sibir ananası» — <i>Hippophae rhamnoides</i>	200
İyda — <i>Elaeagnus</i>	216
Yağiotu — <i>Onagraceae</i> fəsiləsi	
İvançay — <i>Chamerion angustifolium</i>	218
Sufındığı — <i>Trapaceae</i> fəsiləsi	
Sufındığı — <i>Trapa hyrcana</i>	220
Kərəvizkimilər — <i>Apiaceae</i> fəsiləsi	
Çöl göytikanı (Zambirtikan) — <i>Eryngium campestre</i>	221
İyli kərəviz — <i>Apium graveolens</i>	223
Dişqurtduyan — <i>Visnaga daucoides</i>	225
Tatyana tütəkotu («Qadın jənşeni») — <i>Angelica tatianae</i>	226
Mələkotu (Ballica) — <i>Aegopodium podagraria</i>	227
Kök — «sağlamlıq eliksiri» — <i>Daucus sativus</i>	228
Baldırğan — <i>Heracleum</i>	229
Erika — <i>Ericaceae</i> fəsiləsi	
Qızılı rododendron — <i>Rhododendron aureum</i>	231
Mərcangilə (Qaragilə) — <i>Vaccinium myrtillus</i>	232
Novruzçiçəyi — <i>Primulaceae</i> fəsiləsi	
Novruzçiçəyi və yaxud «paralıç» otu — <i>Primula woronowii</i>	236
Zeytun — <i>Oleaceae</i> fəsiləsi	
İran yasəmənı — <i>Syringa persica</i>	238
Zeytun — <i>Olea europaea</i>	240
Acıçiçəklilər — <i>Gentianaceae</i> fəsiləsi	
Sarı acıçiçək — <i>Gentiana lutea</i>	242
Daryarpaq sarmaşığı — <i>Convolvulus arvensis</i>	243
Dodaqçiçəklilər — <i>Lamiaceae</i> fəsiləsi	
Qafqaz bozaqgülü — <i>Phlomis caucasica</i>	244

Dərman mərəcanotu (Nəmgül) — <i>Betonica officinalis</i>	245
Dərman bədrənci — <i>Melissa officinalis</i>	247
Qaraqınıq — <i>Origanum vulgare</i>	249
Ətirli reyhan — <i>Ocimum basilicum</i>	250 ✓
Keçiqulağı — Scrophulariaceae fəsiləsi	
Adi qurdotu (Kətəncə) — <i>Linaria vulgaris</i>	252
Badımcañçıəklilər — Solanaceae fəsiləsi	
Kartof — <i>Solanum tuberosum</i>	255
Badımcañ — <i>Solanum melongena</i>	257
Adi dəlibəng — <i>Datura stramonium</i>	260
Boyaqotu — Rubiaceae fəsiləsi	
Taclı dilqanadan — <i>Cruciata (Galium) coronata</i>	261
Gürcü boyaqotu — <i>Rubia iberica</i>	263
Doqquzdon — Caprifoliaceae fəsiləsi	
Gəndəlaş — <i>Sambucus</i>	266
Adi başınağacı — <i>Viburnum opulus</i>	269
Adi doqquzdon — <i>Lonicera caprifolium</i>	275
Məşə doqquzdonu — <i>Lonicera xylosteum</i>	276
Pişikotu — Valerianaceae fəsiləsi	
Dərman pişikotu — <i>Valeriana officinalis</i>	277
Qabaqkimilər — Cucurbitaceae fəsiləsi	
Ağ küstüşəm (Ukrayna jənşeni) — <i>Bryonia alba</i>	278
Qovun (Adi yemiş) — <i>Melo sativus</i>	281
Balqabaq — <i>Cucurbita pepo</i>	283
Yunan balqabağı — <i>Cucurbita pepo var. giramontia</i>	287
Zınqrovotu — Campanulaceae fəsiləsi	
Enliyarpaq zəngçiçəyi — <i>Campanula latifolia</i>	289
Mürəkkəbçiçəklilər — Asteraceae fəsiləsi	
Çoxillik qızçiçəyi — <i>Bellis perennis</i>	290
Qafqaz qurucusı — <i>Omalotheca (Gnaphalium) caucasica</i>	291
Qatlı quruçiçək — <i>Helichrysum plicatum</i>	292
Qumsal quruçiçək (solmazçiçək) — <i>Helichrysum arenarium</i>	294
Adi pıtraq — <i>Xanthium strumarium</i>	296
Günəbaxan — <i>Helianthus annuus</i>	297
Yeralması — <i>Helianthus tuberosus</i>	309
Üçbölümlü yatıqqanqal — <i>Bidens tripartita</i>	311
Adi dağtərxunu — <i>Tanacetum vulgare</i>	313

Yovşan — <i>Artemisia vulgaris</i>	316
Dəvədabanı — <i>Tussilago farfara</i>	318
Gülümbar — <i>Calendula officinalis</i>	320
Bozuntul sarı kosmos — <i>Cosmos sulphureus</i>	327
Adi çaqqalqanqalı — <i>Onopordum acanthium</i>	327
Gözəl rapontikum — <i>Rhaponticum pulchrum</i>	329
Əkin göyçicəyi (Güləvər) — <i>Centaurea cyanos</i>	331
Əkilən kahi — <i>Lactuca sativa</i>	332
Sabahgülü — <i>Tagetes</i>	341
Mollabaşı (Çobanyastığı) — <i>Chamomilla</i>	343
Qızılsəbət — <i>Solidago virgaurea</i>	354

Banan — *Musaceae* fəsiləsi

Banan — «Ağıl qidası» — <i>Musa paradisiaca</i>	355
---	-----

Kommelina — *Commelinaceae* fəsiləsi

Tradeskansiya — <i>Tradeskansiya</i>	359
--	-----

«Qızıl bığ» və yaxud ətirli kalliziya (Ətirli pektantera)	360
---	-----

Dərman bitkiləri ilə qadın və kişilərdə baş verən klimaksın müalicəsi	365
Xalq təbabətinin köməylə sonsuzluğun müalicəsi	367
Xərçəng xəstəliyinin müalicəsində istifadə olunan dərman bitkiləri ..	368
Çiçək tozcuğu «arı çörəyi», perqa və onların müalicəvi xüsusiyyətləri	387
Keçi südünün müalicəvi xüsusiyyəti	389
Şəkərli diabetin müalicəsində köməkçi vasitə kimi istifadəsi	
mümkün olan dərman bitkiləri	390
Dərman xammal tədarükünün təşkil edilməsinin elmi əsasları	394
Dərman bitkilərinin toplanması	395
Dərman bitkilərinin qurudulması	397
Müalicəvi bitki xammalının qablanması	399
Nəticə	400
Ədəbiyyat	402

**QASIMOV MAYIS ƏLƏKBƏR OĞLU
QASIMOVA TÜNZALƏ ABBASƏLİ QIZI
QƏDİROVA GÜLƏR SƏDRƏDDİN QIZI**

XXI ƏSRİN DƏRMAN BİTKİLƏRİ

**Redaktor: Kərimova S.M.
Korrektor: Kərimova S.M.
Kompüter yığımı: İ.Q.Abdullayev**

**Monoqrafiya Azərbaycan Beynəlxalq Universitetinin
Kompüter mərkəzində yığılıb və
«Beynəlxalq Universitet» mətbəəsində çap edilib.**

**Çapa imzalanmışdır 25.02.2006. Formatı 60x90 1/16.
Ofset kağızı №1. Ofset çap üsulu. Fiziki çap vərəqi 28,5.
Şerti çap vərəqi 27+24 səhifə rəngli şəkil. Tirajı 500.
Sifariş: 50/2006. Qiyməti müqavilə ilə**

**Ünvan: Bakı şəhəri, 7-ci mikrorayon,
Xarici dairəvi küçəsi 179.
Azərbaycan Beynəlxalq Universiteti
«Beynəlxalq Universitet» nəşriyyat və poliqrafiya mərkəzi**