

Məclumov Felman Qara oğlu

**DƏRMAN BİTKİLƏRİ
VƏ ONLARDAN
İSTİFADƏ QAYDALARI**

Bakı - “Qanun” - 2015

Müəllif - Felman Məclumov - biologiya elmləri namizədi

Elmi Redaktor - Şıkar Abbas oğlu Əliyev - k.t.e.d., professor, əməkdar müəllim

Rəyçilər:

1. V.B.Şadlinski, ATU-nun insan anatomiyası kafedrasının müdiri, ə.e.x., t.e.d., professor
2. C.Ə.Nəcəfov, Azərbaycan Tibb Universitetinin “Tibbi biologiya və genetikə” kafedrasının müdiri, b.e.d.
3. T.A.Süleymanov, ATU-nun farmakoloji və botanika kafedrasının professoru, əczaçılıq elmləri doktoru
4. Ə.Ə.Quliyev, AMEA Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun aparıcı elmi işçisi, biologiya elmləri üzrə fəlsəfə doktoru

Felman Məclumov.

Dərman bitkiləri və onlardan istifadə qaydaları.

Bakı, Qanun Nəşriyyatı 2015, 304 səh.

Kitabda rəsmi təbabətdə və xalq təbabətində ən çox istifadə edilən bitkilər və onların müalicədə istifadə qaydaları qısaca, geniş xalq kütləsinin anlayacağı tərzdə təsvir edilir. Tibbdə, farmakologiyada, o cümlədən dərman bitkilərinə dair çox böyük miqdarda, geniş çeşiddə ədəbiyyat olmasına baxmayaraq bir çox hallarda onlar geniş xalq kütləsinə və cəmi oxuculara istifadə üçün yetərli və yararlı deyildir. Bu kitabda bir çox xəstəliklər haqqında, onlara qarşı bitkilərdən istifadə qaydaları haqqında yığcam, əsaslı, anlaşılıq tərzdə məlumat verilmişdir ki, bu da əhəlinin öz sağlamlığını qorumaq üçün müəyyən tibbi məlumata malik olmasına və bu kitabdan bəhrələnməyə şərait yaradır. Bununla da bu kitab dərman bitkiləri və insan xəstəliklərinə qarşı onlardan istifadə qaydalarına dair çox qiymətli vəsaitdir.

Qanun Nəşriyyatı, 2015

Bakı, AZ 1102, Tbilisi pros., 76/ Tel: (+994 12) 431-16-62; 431-38-18

Mobil: (+994 55) 212 42 37 / e-mail: info@qanun.az / www.qanun.az/

www.fb.com/Qanunpublishing / www.instagram.com/Qanunpublishing

© Qanun Nəşriyyatı, 2015

© Felman Məclumov, 2015

ÖN SÖZ

İnsanlar hələ çox qədim dövrlərdən özlərini müxtəlif xəstəliklərdən qorumaq üçün, dərman bitkilərindən geniş istifadə etmişlər. Azərbaycan florasını təşkil edən mədəni və yabanı bitki növlərinin əksəriyyəti isə dərman bitkiləridir. Onların böyük əksəriyyəti müasir elmin tələblərinə cavab verən, rəsmən dərman bitkiləri kimi qeydiyyatla götürülmüşdür. Təəssüflər olsun ki, müalicəvi əhəmiyyətə malik olan bu bitkilərin əksəriyyəti müxtəlif səbəblərdən məhv edilir və onların sayı getdikcə azalır. Əgər bu bitki növlərinin genetik biomüxtəlifliyi mühafizə olunmazsa, onlar həmişəlik itirilə bilər. Belə bitki növlərinin sayı çoxdur. Onlardan ən çox istifadə olunanları isə küncüd, zəyəmək, çaytikanı, zirinc, əkin qaraçörəkotu, bədrənc, cırə, razyana, sarımsaq, nanə və s.-dir.

Təqdim olunan kitabda əsasən respublikanın Şimal və Qərb bölgələrindən toplanmış, mədəni və yabanı dərman bitkilərinin Abşeron şəraitində bioloji və ekoloji xüsusiyyətlərinin öyrənilməsi və bunların əsasında becərmə üsulunun müəyyən edilməsi həm elmi, həm də praktiki əhəmiyyət verilmişdir. Bu məqsədlə Şimal bölgəsindən (Quba-Qusar, Şəki-Oğuz ərazilərindən) və Qərb bölgəsindən (Gəncə, Göy-Göl, Daşkəsən, Şəmkir və Gədəbəy ərazilərindən) 211 bitki növünün toxumları və kökümsov gövdələri toplanaraq, institutun təcrübə sahəsində əkilmişdir. İnstitutun təcrübə sahəsində əkilən bu bitki növlərinin 77 növü deskriptorlar əsasında öyrənilmiş, onların əksəriyyətinin becərmə üsulları müəyyən edilmiş, istiyə, soyuğa davamlılığı, rütubətə və gübrəyə olan tələbatları araşdırılmışdır. Həmin bitki növlərinin əkin sxemi, toxumların cücərmə və çiçəklənmə tarixi, toxumların yetişmə müddəti, onların təsərrüfat göstəricilərindən 1000 toxumun çəkisi və nəhayət, vegetasiya müddəti müəyyən edilmişdir.

Əlbəttə, dərman bitkiləri ilə müalicə olunmaq istəyən hər bir insan, istifadə etdiyi bitki növlərini yaxından tanımalı, onların vegetasiya müddətini, hansı hissələrini (kökünü, yarpaqlarını,

çiçəklərini, meyvəsini və toxumlarını) ilin hansı fəsilində və nə vaxt toplanmasını bilməlidir. İnsanlar bilməlidir ki, əgər əvvəllər dərmanların əksəriyyəti apteklərdə xəstələrin reseptləri əsasında təbii xammaldan hazırlanırdısa, son zamanlar həmin dərmanların böyük əksəriyyəti sintez yolu ilə istehsal olunur. Bu isə bir xəstəliyin nəinki, müalicə olmasına, hətta başqa bir xəstəliyin əmələ gəlməsinə səbəb olur. Belə dərmanlar sırasına ən çox antibiotiklər daxildir və onlar daha çox tətbiq olunur. İnsanlar antibiotiklərin törətdiyi bu fəsadları dərk etdikcə, onların dərman bitkilərinə qarşı münasibəti dəyişəcək və onlarda təbii bitkilərlə müalicə olunmaq istəyi yaranacaqdır. Lakin bunun üçün ilk növbədə respublikada dərman bitkilərinə dair ədəbiyyatın azlığı aradan qaldırılmalıdır. Nəzərə alınmalıdır ki, vaxtı ilə kiril əlifbası ilə çap olunmuş (onların sayı çox azdır) kitablar, hal-hazırda gənc nəsilin normal inkişaf etməsinə mənfi təsir edir və onlarda əlavə problemlər yaradır.

Bütün bu azlığı aradan qaldırmaq üçün ilk növbədə - 8 cildli Azərbaycan florasının latın əlifbası ilə nəşr olunması sürətləndirilməlidir. Eyni zamanda, bu flora millətin mentolitətinə uyğun olmalı, bəzi növlərin adı dəyişdirilməlidir. Yalnız bundan sonra insanların dərman bitkilərinə qarşı istəyi və inamı artmış olar.

Kitab, dərman bitkiləri ilə müalicə olunmaq istəyən, ixtisasından və peşəsindən asılı olmayaraq, bütün xalq kütlələri üçün nəzərdə tutulubdur.

GİRİŞ

Dərman bitkiləri müxtəlif xəstəliklərin profilaktikasında və müalicəsində istifadə olunan geniş bitki qrupudur.

Yer kürəsinin təbii florası özündə 200 mindən çox çiçəkli bitki növləri birləşdirir ki, bu bitkilərin də 300 növü mədəni halda becərilir [A.A. Гроссгейм və b. 1972].

Bitki xammalına, xüsusilə də efir yağı dərman bitkilərinə olan tələbatın artdığı bir zamanda, yabani bitkilər də daxil olmaqla, daha çox əhəmiyyət kəsb edən bitki növlərinin toplanması, becərilməsi və onların sayının artırılması günün ən vacib məsələlərindəndir [H.M.Гурвич və b. 1968].

Dünya florasında efir yağı bitkilərin sayı 2500-dən çoxdur [Прилипка, 1965]. Azərbaycan florasında isə belə bitkilərin sayı 825-dən 850-ə qədərdir [Прилипка, 1970]. Onların böyük əksəriyyətinin sistematikası və kimyəvi tərkibi öyrənilsə də, bunu onların biologiyası, ekologiyası və becərilmə üsulları haqda demək olmaz [H.M.Гурвич və b. 1968].

Məlumdur ki, hələ çox qədim dövürlərdən insanlar müxtəlif xəstəlikləri müalicə edərkən efir yağı bitkilərdən hazırlanmış dərmanlardan istifadə etmişlər. Dərman bitkilərinin müalicəvi xassəsi isə onların tərkibindəki fizioloji təsiredici fəal maddələrin - alkaloidlərin, qlikozidlərin, saponinlərin, flavonoidlərin, vitaminlərin, aşı maddələrinin, efir yağlarının və bir sıra doymuş və doymamış turşuların, mikroelementlərin olmasıdır. Respublikada bu bitkilərin az bir qismindən - nanə, keşniş, zəfəran, qızılgül, nərgiz gülü, naz-naz gülü, son zamanlar isə sarı çiçək (yalançı zəfərandan), çaytikanından və başqalarından efir yağı sənayesində əsas xammal kimi istifadə edilir. Lakin çox təəssüflər olsun ki, hazırda əksər müalicəvi dərmanlar kənardan gətirilir və respublikada dərman xammalının tədarükü əczaçılıq sənayesinin tələbatını ödəmir.

Əczaçılıq sənayesinin əhalini dərman maddələri ilə təmin edə bilmədiyi bir vaxtda, dərman bitkilərinə qarşı münasibət kökün-

dən dəyişməli, insanlar bu bitkilərdən necə və nə vaxt istifadə etmək qaydalarını öyrənməlidir. Bunun üçün ilk növbədə insanlar bu bitkilərin yayıldığı əraziləri (bölgə və rayonları, areyaları), həmin ərazilərdə olan təbii ehtiyatların miqdarını bilməli, onların bioloji və ekoloji xüsusiyyətlərini öyrənməli və nəhayət, bunların əsasında isə, hər bir bitki növünün ayrı-ayrılıqda becərilmə üsulları haqqında məlumatları olmalıdır. Yalnız bundan sonra, dərman bitkilərinin toplanması, qurudulması, saxlanması və onlardan istifadə qaydaları müəyyən edilməlidir.

Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyası Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun təcrübə sahəsində becərilən dərman və efir yağlı bitki növləri və formaları üzərində tədqiqat işləri aparılarkən, yuxarıda qeyd olunan məsələlərə xüsusi fikir verilmiş və onların nəticələri dəfələrlə yoxlanıldıqdan sonra bu nəşrdə istifadə edilmişdir.

Əlbəttə bu bitki növlərinin mühafizəsi, dünya standartları səviyyəsində öyrənilməsi və sənədləşdirilməsinin vacibliyi nəzərə alınmış, onların haqqında əldə olunmuş müvafiq məlumatlar, bitki genetik ehtiyatları üzrə məlumat şəbəkəsinə daxil edilmişdir.

Öyrənilmiş və məlumat bazasında öz əksini tapmış bir çox bitki növlərindən toplanmış toxum nümunələri mühafizə olunması məqsədilə, Milli Genbanka təhvil verilmişdir.

I HİSSƏ

İNSAN XƏSTƏLİKLƏRİ VƏ ONLARIN MÜALİCƏSİNƏ DAİR ÜMUMİ MƏLUMATLAR

İnsanlar müxtəlif xəstəlikləri müalicə etmək üçün yağlı, dərman və ədviyyat bitkilərindən hələ çox qədim dövrlərdən - eramızdan 3000 il əvvəl Qədim Assuriyada, Misirdə, Hindistanda, Çində, daha sonralar isə Yunanıstanda, Romada və İranda istifadə etmişlər. Eramızdan 2600 il əvvəl, Çində dərman bitkiləri haqqında ilk dəfə kitab yazılmış və həmin kitabda dərman bitkilərinin botaniki təsviri verilmiş və onların coğrafi yayılmaları göstərilmişdir. Lakin eramızdan 377-460 il əvvəl isə Yunan alimi Hippokrat özünün “Corpus Hyppocraticum” kitabında (“Qədim təbabət” kitablar məcmuu), 236 dərman bitkisinin adını çəkmiş və onlardan təbiətdə olduğu kimi istifadə edilməsini təklif etmişdir. Onuncu əsrdə sanki təbabət elmində yeni bir dövr başladı. Belə ki, ilk dəfə olaraq Əbu Əli İbn Sina özünün beş cilddən ibarət “Tibb elminin qanunları” adlı əsərində 600-dən çox bitki növü təsvir etmiş və onların müalicəvi əhəmiyyətini qeyd etmişdir.

Lakin orta əsrlərdə elm və təbabətin inkişafı getdikcə sürətləndiyi belə bir dövrdə yeni tibbi müəssisələrin yaranmasına böyük ehtiyac duyulurdu. Odur ki, bir çox ölkələrdə olduğu kimi Azərbaycanda da dərman hazırlama müəssisələri yaranmağa başlamışdır. Azərbaycanda ilk dəfə olaraq əttarlar tərəfindən idarə olunan dərman hazırlama ocağı yaradılmışdır. Əttarlar - bir çox bitkiləri, o cümlədən də dərman bitkilərini toplayan, qurudan və onlardan dərman hazırlayanlara deyilir. Xalq təbabətinin

inkişafında həmin dövrün həkimləri çoxlu miqdarda ot bitkilərinin köklərindən, gövdələrindən, çiçəklərindən, meyvələrindən və toxumlarından istifadə etmişlər. Onlar müxtəlif yağlı, dərman və ədviyyat bitkilərindən ətirli su, cövhər, həlim, sürtkü yağları və s. hazırlamaqla məşğul olmuşlar.

Artıq X əsrdə Azərbaycan həkimi Ömər Osman ürək xəstəliyindən əziyyət çəkən xəstələrinə bir çox mütəxəssisləri təəccübləndirən şirin pəhriz rejimi - şərbət, ağ tutun şirəsi, üzüm şirəsi, bal və bəhməz təyin etmişdir. O, həmçinin, boranı (qabaq) və sarıkök bitkilərinin şirəsinin balla qarışığından istifadə edərək, böyrək xəstəliyini müalicə etmişdir.

Azərbaycan xalq təbabətinin inkişafında getdikcə çoxlu sayda həkimlər ordusunun yaranmasına baxmayaraq, onlar elmi və praktiki cəhətdən əldə etdikləri müsbət nəticələri hətta öz doğma ana dilində nəşr etdirə bilmirdilər. Həmin dövrdə Azərbaycan xalq təbabətinin inkişafında Məhəmməd Yusif Şirvaninin rolu böyük olmuşdur. Onun Azərbaycan dilində «Tibbnamə» əlyazması (1712) və «Şərq dərmanlarının lüğəti» kitabı uzun müddət əsas tibbi məlumat mənbəyi olmuşdur. 1829-cu ildə Azərbaycanda tibb elminin inkişafında Məhəmməd Əli Pişəvərinin fars dilində "Məcmual Cavamə", 1830-cu ildə Səid Məhəmməd Hüseyn Xanın "Qarabəddin Kəbri" müalicəvi farmakopeya kitabları nəşr edilmişdir. Qeyd etmək lazımdır ki, istər Məhəmməd Əli Pişəvərinin və istərsə də Səid Məhəmməd Hüseyn Xanın tibb elminin inkişafında göstərdikləri xidmət bütün Şərq xalqları tərəfindən yüksək qiymətləndirilmiş və bu gün də müasir olaraq qalmaqda davam edir.

Ancaq o dövrlərin həkim peşəkarlığı, eyni zamanda da kimya, biologiya, biokimya və başqa bir çox elmlərin inkişafının aşağı səviyyədə olması, bir çox xəstəliklərin qarşısını almağa imkan vermirdi. XIX əsrdən başlayaraq Azərbaycanda təbabət, xüsusilə də əczaçılıq elmi sürətlə inkişaf etməyə başlamışdır. Təkcə onu demək kifayətdir ki, N.Nərimanov adına Azərbaycan Dövlət Tibb İnstitutunda əczaçılıq fakültəsinin açılması,

respublikanın müxtəlif ərazilərindən toplanmış yabanı və mədəni bitki növlərinin kimyəvi və biokimyəvi xüsusiyyətlərinin öyrənməsi ən böyük nailiyyət olmuşdur.

Lakin, hər-hansı bir bitki haqda tam təsəvvür yaranması üçün, ilk növbədə dərman bitkilərinin bioloji və ekoloji xüsusiyyətləri öyrənilməli, hər bir bitkinin fərdi olaraq becərilmə üsulu müəyyən edilməlidir. Bunun üçün, toplanmış bütün bitki növlərinin və formalarının üzərində fenoloji müşahidələr aparılmalı və onların morfoloji xüsusiyyətləri öyrənilməlidir. Bundan başqa, hər bir bitki növünün ayrı-ayrılıqda istiyə, soyuğa davamlılığı, rütubətə və gübrələrə tələbatı araşdırılmalıdır. İstər birillik, ikiillik, istərsə də çoxillik bitkilərə ümumi qəbul olunmuş qaydalara uyğun aqrotexniki qulluq edilməlidir. Eyni zamanda, bitkilərin fərdi olaraq əkin sxemi, səpin tarixi, toxumların cücərmə və bitkilərin çiçəklənmə tarixi, toxumların yetişmə müddəti, onların təsərrüfat göstəricilərindən 1000 ədəd toxumun kütləsi və nəhayət, vegetasiya müddəti müəyyən edilməlidir. Yalnız bu işlər görüldəndən sonra, itmək təhlükəsində olan genetik biomüxtəlifliyi qoruyub saxlamaq mümkündür.

II. ƏSAS DƏRMAN BİTKİLƏRİ, ONLARIN BECƏRİLMƏSİ VƏ MÜXTƏLİF XƏSTƏLİKLƏRƏ QARŞI İSTİFADƏ ÜSULLARI

Andız (*Inula* L.) - Девясил

Andız - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Dünyada bu bitkinin 120-dən çox növü məlumdur.



Hündürboylu Andız
(*Inula helenium* L.)

Azərbaycanda andız bitkisinin yabanı halda 13 növü var. Onlardan yalnız bir növü - hündürboylu andız (*I. helenium* L.), AMEA Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun təcrübə sahəsində

becərilir. Onun kökümsov gövdələri 2008-ci ildə respublikanın şimali-qərb bölgəsindən (Şəki ərazisində) toplanmışdır. Təcrübə sahəsində becərilən andız bitkisinin bu növü (*İ.helenium* L.) yoğun kök sisteminə malik olan, gövdəsi dik duran, boyu 180-200 sm-dir. O, əsasən yuxarı hissədən budaqlanır. Yarpaqları iri, uzunsov ellipssəkillidir. Bu yarpaqlar qalın üst hissəsi yaşıl, alt hissəsi isə məxməri tüklü, yumşaq, ağ rəngdə olur, kənarları xırda mişarvari dişlidir. Onlar qısa saplaqlı olub, növbə ilə düzümlüdür. Kök ətrafı yarpaqlar uzunsov ellipssəkilli, yuxarıda yerləşən yarpaqları isə, bir qədər uzunsov olur. Çiçəkləri səbətşəkillidir. Onlar əksər hallarda budaqların uc hissəsində, nadir hallarda isə, onların bir neçəsi, bir yerdə (topa şəklində) olur. Çiçək səbətinin kənar çiçəkləri uzunsov, tünd sarı rəngdə, orta çiçəkləri isə uzunsov boruşəkillidir. Meyvəsi kəkili, dördküncü, qonur rəngli çılpaq toxumdur.

Hündürboylu andız bitkisi Abşeron şəraitində iyun-iyul aylarından başlayaraq çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Andız əsasən Azərbaycanda Böyük və Kiçik Qafqazın orta dağ qurşağına qədər olan ərazilərində, xüsusilə də Böyük Qafqazın qərb bölgəsində (Şəki ərazisində), onun meşə kənarlarında və çay kənarlarında geniş yayılmışdır.

Təbabətdə dərman hazırlamaq məqsədilə daha çox andız bitkisinin kökü və kökümsov gövdələrindən istifadə edirlər. Onun köklərini və kökümsov gövdələrini payız aylarında toplayırlar. Onları yuyub təmizlədikdən sonra, eninə və uzununa doğrayıb açıq havada qurudurlar.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən andız bitkisinin kökünün tərkibində 1-3% efir yağı, alantolakton, izoalantolakton və dihid-roalantolakton, uçucu maddələr, 44%-ə qədər inulin, eləcə də psevdoinulin, inulenin, heliantenin və E vitamini var.

B e c ə r i l m ə s i : Andız bitkisi soyuga davamlı, işıq intensivliyinə, torpaq rütubətliliyinə və münbitliyinə qarşı çox

tələbkar bitkidir. Andız bitkisi əkilən sahənin şumu 25-30 sm dərinliyində olmalıdır. Onun əkin işləri yazda (aprel ayının 15-20-də) aparılmış, kökümsov gövdələri isə cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Cərgəarası 40-50 sm, bitkiarası isə 30 sm götürülmüşdür. Bitkilərə əsas qulluq işləri suvarma (3-5 dəfə), seyrəltmə və bitkilərin dibini doldurmaqdan ibarət olmuşdur.

Andız bitkisinin normal inkişafı 15-20 C°-də davam edir.

İstifadəsi: Xalq təbabətinin çox müxtəlif sahələrində andız bitkisinin kökündən, kökümsov gövdələrindən və çiçəklərindən istifadə edirlər. Məsələn, andız bitkisinin kökü iltihaba qarşı, çox güclü təsirə malikdir. O, sinəyə yumşaldıcı təsir edir, mədənin fəaliyyətini gücləndirir, oynaq ağrılarına müalicəvi təsir göstərir və qan damarlarını təmizləyir. Andız bitkisinin kökü sidik ifrazını tənzimləyir, başağrısını (miqreni) sakitləşdirir. O, eyni zamanda mədə-bağırsağın sekresiyasını artırır, qaraciyər və dalaq xəstəliklərinə müalicəvi təsir edir. Bundan başqa, andız bitkisindən bronxitə, mədə-bağırsaq xəstəliklərinə və ishala qarşı da istifadə edirlər.

Xalq təbabətində andız bitkisi həm də iştah açan, həzm sistemini gücləndirən, bağırsaqlarda əmələ gələn köpün qarşısını alan vasitə kimi işlədilir. Məsələn, iştahsızlığı aradan qaldırmaq üçün, andız bitkisinin 20-30 q kökümsovunu, bir stəkan suda dəmləyib, onun suyunu gündə 3 dəfə içmək lazımdır.

Güclü zökəmə və soyuqdəyməyə qarşı andız bitkisinin 15 q kökümsovlarını çay kimi dəmləyib içirlər.

Öskürəyə qarşı andız bitkisinin doğranmış kökündən 1 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynamış suya töküüb, 10 saat saxladıqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfədə 100-150 ml içirlər.

Ağzın selikli qişasının iltihabına qarşı andız bitkisinin doğranmış kökündən 1 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suya töküüb, zəif od üzərində, 10-15 dəqiqə qaynadırlar, 4 saatdan sonra onu süzüb ağız boşluğunu qarqara edirlər.

Laringit, angina və tənəffüs yolları xəstəliklərindən əziyyət çəkənlər, 15 q evkalipt yarpağı, 20 q sürvə yarpağı, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q nanə yarpağı, 20 q andız kökü və 10 q kəklikotu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər 2 litr suda qaynadaraq, onun buxarı ilə inqalyasiya (nəfəs almaq) edirlər.

Andızın kökü iştahartırıcı, ödqovucu, sidikqovucu və tərlədicə vasitə kimi də istifadə olunur. Məsələn, onun yarpaqlarını və köklərini çay kimi dəmləyib, şəkərli diabetə və daxili qanaxmalara qarşı dərman kimi qəbul edirlər.

Andız bitkisindən hazırlanmış həlim, astma, bronxit və hipertoniya xəstəliklərinə də qarşı çox xeyirlidir. Belə xəstələr, 15-30 q andız kökünü, 3 stəkan suda dəmləyib, onu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul etməlidir.

Ürək xəstəliklərinə qarşı andız bitkisinin kökünü suda qaynadıb, onun suyunu içirlər.

Andız bitkisinin kökü çay kimi dəmlənib içilərsə, o, hətta altını isladan uşaqların orqanizminə müsbət təsir göstərir.

Soyuqdəymə nəticəsində baş verən tənəffüs yolları iltihabını aradan qaldırmaq üçün andız bitkisinin qurudulmuş çiçəklərini çay kimi dəmləyib içirlər.

Tənəffüs yolları xəstəliklərindən əziyyət çəkənlər, bir neçə dərman bitkilərinin iştirakı ilə hazırlanan ekstraktla da müalicə oluna bilər. Məsələn, 40 q gülxətmi kökü, 30 q biyan kökü və 30 q andız kökü götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, hər 3 saatdan bir, 50 ml içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı gülünbahar bitkisinin çiçəyi, boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsi, andız bitkisinin kökü, pişikotu bitkisinin kökü, çobanyastığı çiçəyi və qaragilə meyvəsi - bunların hər birindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər.

Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl içirlər.

Bronxitə qarşı 1 hissə andız bitkisinin kökümsovları və 2 hissə dəvədabarı yarpağı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, 2 stəkan qaynar suya töküb, 20 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yeməkdən sonra, yarım stəkan içirlər.

Bəlgəmgətirici dərman kimi, 25 q gülxətmi bitkisinin kökü, 25 q biyan kökü və 25 q andız kökü qarışığından, 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 2 stəkan soyuq su töküb, 8 saat sulu dəmləmə hazırlayırlar. Sonra onu süzərək, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

İbn Sina özünün “Qanun” kitabında ürəyə müsbət təsir göstərən bir çox bitkilərin adlarını çəkmiş və orada andız bitkisinə xüsusi yer vermişdir. O, adları çəkilən bəzi bitkiləri sıxıb şirəsini çıxarmaq, qurumuş və ya qurudulmuş bitkiləri isə suda qaynadıb, onların şirəsini çıxararaq, stəkanla içməyi təklif etmişdir.

Məsələn, istidən baş verən ürək döyünməsinə qarşı oğulotu, reyhan və bibəriyə bitkilərinin yaşıl kütləsi, andız bitkisinin kökü, darçın və mixəyin hər birindən 1 xörək qaşığı götürüb qarışdırılır və onu kifayət qədər suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 4-5 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər. Bu, sinir sistemi oyanmalarını aradan qaldırır, ürək döyüntüsünü sakitləşdirir.

Böyrək və sidik yolları xəstəliklərinə qarşı 1 hissə andız kökü, 1 hissə cəfəri toxumu, 1 hissə qayınağacı tumurcuqları, 1 hissə qarğıdalı saçağı və 5 hissə yulaf yarpağı götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sidik ifrazını tənzimləmək üçün, onu gündə 3-4 dəfə, xörək qaşığı ilə qəbul edirlər.

Andız bitkisi həm də dəri xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunan qarışıqların tərkibinə daxildir. Məsələn, 15 q gülümbahar çiçəyi, 15 q bağayarpağı, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 15 q sürvə yarpağı, 20 q daziotu, 15 q andız kökünün qarışığından, 10 q

götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər. Bu, həm də dəridə əmələ gələn irinləməyə qarşı çox xeyirlidir.

Boymadərən (*Achillea* L.) - Тысячелистник

Boymadərən - Astraçiçəklilər (*Acteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Onun Şimal yarımkürəsinin mülayim qurşağında 100-dən çox növü var.



Adi Boymadərən
(*Achillea millefolium* L.)

Azərbaycanda *Achillea* L. cinsinin 14 növü məlumdur. Onlardan burada adları çəkilən növləri efir yağlı dərman bitkiləridir.

1. İriçiçək boymadərən - *A.grandiflora*.
2. Saxokia boymadərən - *A.Sachokiana* D. Sosn.
3. İkiqat mişardışli boymadərən - *A.biserrata* M.B.F.İ.
4. Nazik yarpaq boymadərən - *A.tenkifolia* Lam.

5. Nəcib boymadərən - *A.nobilis* L.
6. Biverşteyn boymadərən - *A.biebersteinii* C.Afan.
7. Tüklü boymadərən - *A.pubescens* Willd.
8. Adi boymadərən - *A.millefolium* L.
9. Sərt tüklü (cod) boymadərən - *A.setacea* Waldst et. Kit.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən boymadərən cinsinin Adi boymadərən (*A.millefolium* L.) növüdür. Bu növün kökümsov gövdələri 2009-2010-cu illərdə Şəki ərazisindən toplanmışdır.

Adi boymadərən bitkisinin hündürlüyü 35-65 sm-dir. O, çox güclü kök sisteminə malik bitkidir. Onun sürünən kökləri üzərində əmələ gələn budaqların üzəri ipək-tək yumşaq, nazik sapşəkilli ağ tükcüklərlə ötrülü olur. Tünd-yaşıl rəngli yarpaqları neştərşəkilli, kənarları isə mişarşəkillidir. Aşağıda yerləşən yarpaqları 2-3 qat bölümlü, formaları lələkşəkillidir. Aşağıdakı yarpaqlardan fərqli olaraq, yuxarıda yerləşən yarpaqları isə balaca və oturaq olur. Qalxanvari çiçək qrupu səbət, çiçəklərin forması isə yumurtaşəkillidir. Boymadərinin başqa növlərindən fərqli olaraq, adi boymadərən növünün çiçəklərinin rəngi tünd-sarı olur.

Adi boymadərən bitkisinin çiçək yatağı yastı, yuxarı hissəsi bir qədər qabarıq, çiçək atlığı isə geniş, forması lansetvaridir. Meyvəsi çox ətirli toxumdur. Onlar bir qədər uzunsov tərsyumurtaşəkilli, rəngləri isə bozdur.

Adi boymadərən bitkisi Abşeron şəraitində may-iyun aylarından başlayaraq çiçək açır və bu çiçək açma bütün il boyu davam edir.

Adi boymadərən növü də daxil olmaqla, bu cinsə aid olan bütün növlər daha çox Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının, orta dağ qurşağından başlamış, subalp qurşağına qədər, meşə talalarında, kol və yarımkol bitkiləri ilə birlikdə, çay və yol kənarlarında, əkin sahələrində və s. rast gəlinir.

Dərman hazırlamaq məqsədilə, bu bitkinin toplanması əsasən onun çiçəklənmə dövrünə təsadüf edilir.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən, insanlar hələ çox qədim dövrlərdən, müxtəlif xəstəlikləri müalicə etmək üçün, bu bitkinin yarpaq və çiçəklərindən istifadə etmişlər. Onun qurudulmuş yarpaq və çiçəklərinin tərkibində 0,2-0,4% efir yağı olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Boymadərən soyuğa davamlı, suya tələbkar bitkidir. O, yumşaq, çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Bu bitkinin normal böyüməsi və inkişaf etməsi üçün optimal temperatur 5-8 C° tələb olunur. Boymadərən əkilən sahə qabaqcadan səpinə hazırlanmalıdır. Əgər səpin mart yaxud aprel aylarında aparılması nəzərdə tutulursa, sahə payızda şumlanmalıdır. Sahə tam hazırlandıqdan sonra boymadərən bitkisinin toxumları qabaqcadan hazırlanmış ləklərdə əkilir. Çox güclü kök sisteminə malik olan bu bitkinin toxumları cərgə üsulu ilə səpilir. Cərgəarası 40-50 sm, cərgədə bitkiarası 20 sm saxlanılmalıdır. Toxumları çox kiçik olduğundan onlar 1-1,5 sm dərinliyinə əkilir. Toxum cücərmədən sonra ləklərin tez-tez sulanması vacibdir.

Boymadərən 15-20 C° temperatur şəraitində daha yaxşı inkişaf edərək, zərif gövdə və yarpaqlar əmələ gətirir. Bitkilərin boyu 40-50 sm çatandan sonra, onların yarpaq və çiçəklərindən istifadə etmək olar.

Boymadərən bitkisi may ayından başlayaraq, bütün yayı çiçək açır və bu çiçək açma noyabr ayının sonuna qədər davam edir. Bu bitkinin çiçəklərinin rəngi tünd-sarı olur. Meyvəsi çox ətirli toxumcadır. Onlar bir qədər uzunsov, rəngləri isə boz olur.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən bu adi boymadərən növü deskriptorlar əsasında öyrənilmişdir.

İ s t i f a d ə s i : İstər rəsmi təbabətdə, istərsə də xalq təbabətində boymadərən bitkisinin yarpaq və çiçəklərindən istifadə edirlər. Onun yarpaq və çiçəklərindən hazırlanmış, ekstrakt əsasən qastrit xəstəliyinə qarşı istifadə edilir. Eyni zamanda boymadərən bitkisindən hazırlanmış şirə həm orqa-

nizmdə olan soyuqdəyməni götürmək, həm də həzm prosesini sürətləndirmək məqsədi ilə işlədilir. Bir çox hallarda, onu iştah gətirici dərman kimi də qəbul edirlər.

Boymadərənin yaşıl kütləsindən hazırlanmış cövhər orqanizmdə qanaxmanın qarşısını alır. Onun dəmləməsi həm də mədə, bağırsaq, uşaqlıq, ağciyər, düz bağırsaq və s. Qanaxmalarında tətbiq olunur. Onun dəmləməsini hazırlamaq üçün, 2 çay qaşığı quru boymadərən otunu, bir saat qaynar suda saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Bir çox ədəbiyyat məlumatlarında, boymadərən ağrısakitləşdirici və iştahgətirici dərman kimi də qəbul edilir. Ondan həm də müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsi zamanı istifadə edirlər.

Məsələn, 1 çay qaşığı boymadərənin yaşıl kütləsini, 250 q qaynar suya töküb, onu 5-10 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər. Bu, mədə, 12 barmaq bağırsaq xoralarına və xroniki qastritə qarşı 25-30 gün davam edir.

Eyni zamanda boymadərən bronxit (bronxların selikli qişasının iltihabı) xəstəliyinə qarşı, yumşaldıcı təsirə də malik bitkidir.

Xalq təbabətində soyuqdəyməni çıxarmaq üçün, boymadərən bitkisindən hazırlanmış cövhərdən daha çox istifadə edirlər. Onu (1:10 və 1:5) nisbətində hazırlayırlar. Məsələn, 1 stəkan qaynar suya 10 q doğranmış bitkidən töküb, onu 20 dəqiqə dəmləyirlər. Cövhəri süzüb çıxarıldıqdan sonra ondan gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.

Bir çox hallarda bu cövhər gicikən bitkisinin iştirakı ilə də hazırlanır. Ondan həm də qankəsici dərman kimi gündə 3 dəfə, hər dəfə 40-50 damcı qəbul edirlər.

Qan azlığına - (anemiya) qarşı, boymadərən çiçəkləri, gicikən yarpağı və zəncirotu kökü: - bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığını, 300 q qaynar suda, 3 saat

saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə yeməkdən 20 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edilir. Bu müalicə kursu 8 həftə davam etdirilməlidir.

Qaraciyər xəstəliklərinə qarşı və maddələr mübadiləsinin pozulmalarında əsasən boymadərənin ətli hissəsi və ya şirəsi istifadə olunur. Bunun üçün, onun gündə ya yarım stəkan şirəsi içilməlidir və ya çiy halda (pendir torbasından keçirildikdən sonra), torbada qalan hissəsi yeyilməlidir.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı, 3 hissə (əzilmiş) həmərsin, 1 hissə çobanyastığı çiçəkləri, 1 hissə ağ gül, 1 hissə qatırquyruğu, 2 hissə yovşan, 3 hissə şüyüd, 4 hissə daziotu və 7 hissə boymadərən çiçəkləri götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 0,5 litr qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl, 100 ml (mədə xorası xəstəliklərinə və qastritə qarşı) içilir.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı kəcəvər, qırxbuğum, daziotu, gülünbahar, gicitkən, qarğıdalı saçağı, zəncirotu, bağayarpağı, üvəz, sürvə, həmərsin və nəhayət boymadərən: bu bitkilərin hər birinin ayrı-ayrılıqda dəmlənməsi işlədilən ən təsirli vasitələrdir. Məsələn, boymadərənin 2 çay qaşığı doğranmış yaşıl kütləsini, 1 stəkan qaynar suda, 1 saat dəmləndikdən sonra süzüb, gündə 4 dəfə yeməkdən əvvəl, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Ürəyin müxtəlif xəstəliklərinə (ən çox nevroza) qarşı 2 hissə boymadərənotu, 2 hissə mayaotu, 3 hissə pişikotu kökü və 3 hissə limonotu (melissa) götürüb, onlar doğranıldıqdan sonra qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsi iltihabına qarşı, solmazçiçəyi, boymadərənotu, yovşanotu, razyana toxumu və nanə yarpaqları: - bu bitkilərin hər birindən 20 q götürüb doğradıqdan sonra qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər,

2 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içirlər.

Sinir sistemini sakitləşdirmək üçün 3 hissə yemişan meyvəsi, 2 hissə yemişan çiçəyi, 2 hissə pişikotu kökü və 3 hissə boymadərənotu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda dəmləyib, onu 5-6 saatdan sonra, süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 50-60 ml içirlər.

Boymadərən bitkisinin yaşıl kütləsinin dəmləməsi, həm dəri xəstəliklərinə qarşı, həm də dərinin irinləməsinə qarşı müalicəsində işlədilir. Məsələn, onun 2 xörək qaşığı yaşıl kütləsinə, 1 və ya 2 litr qaynar suda, 1 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, dərinin üstünü yuyurlar.

Keşniş (*Coriandrum* L.) - Кинза, Кориандр

Keşniş - Kərəvizkimilər (*Apiaceae* Lindl.) fəsiləsindən olan birillik ot bitkisidir. Vətəni Şərq ölkələri hesab edilir.

Azərbaycanda keşniş adında 3 növ vardır. Əkin keşnişi, təpə keşnişi, çöl keşnişi (keçi keşnişi, çələmir). Bunlar başqa-başqa cinslərdir, yarpaqları oxşar olduğu üçün el arasında “keşniş” adlandırılır. Bunlardan daha çox əhəmiyyətli növ əkin keşnişidir (*Coriandrum sativum* L.).

1. **Ə k i n k e ş n i ş i** (*C.sativum* L.) respublikada ən çox təbii halda bitən və becərilən bitkilərdən biridir. Boyu 45-90 sm-dir. O, mil kökə malik bitkidir. Gövdəsi düzduran, qabırğalı, tüksüz, yuxarıdan şaxələnən bitkidir. Yarpaqları iki-üç qat lələkvari bölümdür. Onlar tünd-yaşıl rəngdə olur. Xırda çiçəkləri mürəkkəb cətidir. Əsasən gövdənin uc hissəsində yerləşirlər. Çiçəkləri ağımtıl-çəhrayı rəngdə, meyvəsi isə kürə formasında olur. İkitoxumludur. Toxumları sarı-qonuru rəngdədir. Onlar çox ətirli olurlar.



Əkin Keşnişi
(*Coriandrum sativum* L.)



Dag keşnişi

2. T ə p ə k e ş n i ş i və ya Şahdağ keşnişi (*Bifora radians* M.B.) birillik səbzə bitkisidir. Boyu 45-60 sm-dir. Bu bitki ən çox Gəncə şəhərinin ərazisində Üçtəpə adlanan yerdə və bölgə boyu dağətəyi hissədə bitir. Gövdəsi çoxsaxələndir. Yarpaqlarının rəngi tünd-yaşıl, lakin çox xırda olur. Çiçək qrupu çoxşüalı çətirdir. Onlar ağ və ya çəhrayı rəngdə olur. Meyvəsi ikitoxumludur. Toxumları xırda, forması yastıdır. Bu bitkinin özünə məxsus kəskin ətri var.



Təpə Keşnişi

3. Çöl keşnişi, Keçi keşnişi, çələmir (*Anthriscus cerafolium* L. Hoffm.) yabanı halda respublikanın hər yerində yayılsa da, mədəni halda daha çox Abşeronda becərilir. Çöl keşnişi qumsal torpaqda daha yaxşı inkişaf edir. O, soyuqadavamlı bitkidir. Boyu 50-70 sm olur. Bu keşnişin gövdəsi şaxələnəndir. Yarpaqları çoxqatlı bölümlü, üzəri əvvəl tüklü, sonra çıpaq olur. Çiçəkləri xırda, rəngləri isə ağ olur. Onlar xırda çətirlidir. Meyvəsi ikitoxumludur.

Keşniş adı daşıyan bütün bu növlər istər meyvələrinin, istərsə də toxumlarının formasına və rənginə görə bir-birindən fərqlənirlər.

Əkin keşnişinin meyvəsi kürə formasında olub, ikitoxumludur. Onlar sarı-qonuru rəngdə olur.

Təpə keşnişinin də meyvələri ikitoxumludur. Toxumları xırda, forması yastıdır.

Çöl keşnişinin də meyvəsi ikitoxumludur. Onlar qara rəngində olur, tikanvaridir.

Bu bitkilərin hamısı aprel-may aylarında çiçək açır, iyunda meyvələri verir.

Keşniş səbzə bitkisi kimi əksər xörəklərdə, ədviyyat bitkisi kimi isə, ən çox ət xörəklərində, xəmir xörəklərində, dovğada və s. işlədilir.

Səpin keşniş qiymətli efir yağlı bitkidir. Sabiq SSRİ-də istehsal olunan efir yağının 75%-i keşniş bitkisinin toxumundan alınır. Bu efir yağı toxumların tərkibində 2,9%, yaşıl kütləsində isə 0,3-0,5%-dir. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən respublikada istehsal olunan bu efir yağının 60-70%-ni **linnaleol** və **keraniol**, 20%-ni **terpenlər** təşkil edir. Keşnişin tərkibindəki **linnaleol** spirtindən alınan ətirli maddədən ətriyyat, qənnadı, pıvəbişirmə, likor-araq və s. sənaye sahələrində istifadə edilir.

Çöl keşnişinin tərkibi C və A vitaminləri ilə, şəkər və iştah açan maddələrlə çox zəngindir. Bu bitkinin tərxuna oxşar ətrə malik olması, onun bütün hissələrinin çox həvəslə yeyilməsinə səbəb olur.

B e c ə r i l m ə s i: İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən keşniş bitkisi və onun müxtəlif növləri və formaları səbzə bitkilərindəndir. Onlar səbzə bitkisi kimi bütün il boyu becərilir. Səbzə bitkiləri digər tərəvəz bitkilərindən fərqli olaraq, alçaq boylu, tez yetişən və daha çox təkrarla əkilən olmalarına görə birbirindən fərqlənirlər.

Keşniş bitkisinin bütün növləri soyuğa davamlı, rütubətə isə çox tələbkardır. Onlar qumsal, lakin çox çürüntülü torpaqlarda daha yüksək məhsul verir. 20-25 C° temperaturda məhsuldarlıq getdikcə azalır. Havanın və torpağın rütubətliyinin artması (70-80%-dan artıq olduqda), məhsuldarlığa müsbət təsir göstərir.

Keşniş bitkisinin toxumları erkən yazda və payızda səpilir. Adətən, fərdi təsərrüfatlarda onun toxumları dağınıq üsulla səpilir. Lakin bizim təcrübə sahəsində becərilən keşniş bitkisinin bütün növlərinin toxumları cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Cərgəarası 30 sm, bitkiarası 10 sm-dir. Toxum cücərəndən 35-45 gün sonra bitkilərdən istifadə edilir. Seyrəltmə kökündən çıxartma üsulu ilə aparılır. 80-90 gündən sonra, toxum yetişir. İstər əkin, istərsə də təpə keşnişinin toxumları cücərmə qabiliyyətini 3-4 il saxlayır.

İstifadəsi: Xalq təbabətində keşnişin yaşıl kütləsi çay kimi dəmlənərək, ondan təkə sidikqovucu dərman kimi deyil, həm də öskürəyə qarşı istifadə edirlər. Adi keşnişin meyvələrindən hazırlanmış cövhər sarılıq və babasil xəstəliklərinə, yaşıl kütləsindən hazırlanmış cövhər isə hipertoniya və şəkər xəstəliklərinə qarşı istifadə edilir. Keşniş həm də qanazlığına qarşı, iştah gətirən dərman kimi işlədilir. Bundan başqa keşniş mədə-bağırsaq xəstəliklərində, qaraciyər və öd yolları xəstəliklərində və həzmi yaxşılaşdırıcı vasitə kimi istifadə olunur. O, həm də bəlgəmgətirici təsirə malikdir.

Mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı keşnişin, zirənin və razyananın toxumlarından bərabər miqdarda götürüb, əvvəl onları əzirlər, sonra isə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan suda dəmləyirlər. Sonra süzülər və gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Daha bir resept: - 50 q keşniş toxumu və 50 q hind fındığı götürüb, onları suda qaynadıb, mədə qıcqırmasına qarşı, onun suyunu içirlər.

Şəkər xəstəliyinə qarşı 10 q sənə yarpağı, 5 q xardal, 5 q zirə, 5 q cırə, 5 q keşniş toxumu, 15 q əzgil yarpağı, 50 q çörəkotu və 20 q qarabaşaqotu götürüb, onları suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, birinci gün 1 kasa, ikinci gün 1 stəkan, üçüncü gün isə 1 fincan içirlər. İshal olarsa sənə azaldılmalıdır. Bu, bir aydan sonra, üç gün təkrar olunur. Sonra on gün fasilə verilir və müalicə yenidən davam etdirilir.

Qaraciyər serrozuna qarşı keşnişin toxumlarını əzib, onu sıyıq halında qaraciyər nahiyyəsinə yaxmalı.

Böyrək xəstəliklərinə qarşı kifayət qədər keşniş toxumunu götürüb, onu suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-100 ml içirlər.

Başgicəllənməsinə qarşı keşniş bitkisinin yaşıl kütləsinin suyuna və mərsin bitkisinin yarpaqlarının suyuna sirkə qarışdırıb, onu burunun içərisinə çəkirlər.

Başgicəllənməsi və ürək bulanması zamanı keşnişin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu içirlər.

Baş ağrısı və başgicəllənməsinə qarşı keşnişin toxumlarını əzib, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 10 q şəkərlə qəbul etməli. Ya da 50-100 q keşniş toxumunu kişmişlə yeyirlər.

Mədə xəstəliklərinə qarşı keşnişin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu içirlər.

Əl-ayaq titrəmələrinə qarşı 60 q armud, 60 q innab, 60 q keşniş, 15 q gül, 15 q razyana toxumu götürüb, onları bir litr su ilə qarışdırırlar. Qarışığın $\frac{1}{4}$ hissəsi qalana qədər qaynadırlar. Alınan mayeni gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.

Daha bir resept: - Əl-ayaq titrəməsinə qarşı 20 q kəbabiyə (rozmarin) və 50 q keşniş toxumu götürüb, əvvəl onları əzirlər, sonra qarışdırırlar. Bu qarışıqdan gündə 3 dəfə, hər dəfə 10-20 q su ilə içirlər.

Sidik yolu iltihabına qarşı sidii saxlaya bilməyənlər, çox miqdarda qarabaşaqotundan, yer badamından və keşniş bitkisindən istifadə etməlidir.

Boğaz şişlərinə qarşı 10 q mərsin yarpağı, 10 q palıd qozası, 10 q sumaq, 50 q keşniş suyu, 50 q cəviz qabığının suyu, 50 q mərsin yarpağının suyu və 10 q heyva yarpağı götürüb, suda qaynadırlar. Qarışıq sıyıq halına çatdıqda, onu süzüb, suyu ilə qarqara edilir, sıyıq qalan hissəsi isə parçaya yaxılaraq boyuna bağlanır.

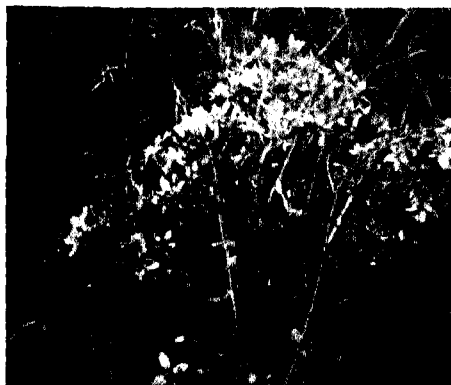
Babasil qanaxmasına qarşı razyana, zirə, çorəkotu, cəfəri, nanə, keşniş və kərəviz toxumlarının hərəsindən bir ovuc götürüb, onları kifayət qədər suda qaynadıb, soyuduqdan sonra, süzüb, alınmış mayeni gündə bir neçə dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

İshala qarşı 50 q keşniş, 50 q razyana, 15 q cirə, 15 q sumaq, 15 q zirə, 15 q nanə, 35 q innab və kifayət qədər su götürüb qaynadırlar. Alınmış mayeni üzüm şirəsi və ya mərsin yarpağının suyu ilə içilir.

Daziotu (*Hypericum L.*) - Зверобой

Daziotu - Daziotukimilər (*Hypericaceae*) fəsiləsindən çoxillik ot bitkisidir.

Subtropik ölkələrdə, xüsusilə də Aralıq dənizi ölkələrində daziotu cinsinin 200 növü məlumdur.



Zəif Dazi
(*Hypericum perforatum L.*)

Azərbaycanda bu cinsin yabarı halda 13-15 növü var. Təbabətdə onlardan yalnız - zəif daziotu (*Hypericum perforatum L.*) növündən istifadə olunur. Bu bitkinin kökümsov gövdələri 2008-2009-cu illərdə Şəki şəhərinin ərazisindən toplanaraq, Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun təcrübə sahəsində, onun biomorfoloji xüsusiyyətlərinin öyrənilməsi üçün gətirilmişdir. Təcrübə sahəsində becərilən daziotunun bu növünün (*H.perforatum L.*) hündürlüyü 40-65 sm-dir. Onun gövdəsi çıpaq, rəngi isə sarı olur. Budaqlanma əsasən bitkilərin orta hissəsindən başlayır və uc hissəsinə doğru getdikcə, onların sayı artır. Yarpaqları oturaq, qarşı-qarşıya düzümlü, ellipsşəkilli və ya uzunsov yumurtaşəkillidir. Qəhvəyi rəngli kasa yarpaqlarının sayı 5-dir. Ləçəkləri 5, onlar uzunsov sarı rəngində olur. Çiçəkləri gövdənin uc hissəsində toplanaraq süpürgəşəkilli çiçək qrupu

əmələ gətirir. Meyvəsi uzunsov yumurtəşəkilli qutucuqdur. Toxumları qəhvəyi rənglidir.

Daziotu bitkisi demək olar ki, respublikanın hər yerində, Kür-Araz ovalığından başlamış, subalp qurşağına qədər, meşə kənarlarında, kolluqlarda, bağlarda, yol kənarlarında və s. yerlərdə geniş yayılmışdır.

Dərman hazırlama məqsədilə bu bitkinin toplanması onun çiçəklənmə dövrünə təsadüf edilir. Əvvəl bitkilərin odunlaşmış hissələri kəsilib atılır, sonra onun qalan hissəsi doğranaraq istifadə olunur.

Daziotu bitkisinin tərkibi flavonoid və onun birləşmələri ilə çox zəngindir. Onun çiçəklərinin tərkibində 1,1%, yerüstü hissəsinin tərkibində isə 0,7% rutin var. Bundan başqa bu bitkinin tərkibində 9-10% aşı maddələri, 34mq% saponinlər və xolin, 95-135mq/% karotin, 80-120mq% C vitamini, 3,48% üzvi turşular və nikotin turşusunun olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Daziotu isti sevən bitkidir. O, yumşaq çürüntülü torpaqlarda yaxşı inkişaf edir. Normal böyüməsi və inkişaf etməsi üçün optimal temperatur 25-30 C° hesab olunur.

Daziotu bitkisi ləklər üsulu ilə əkilmiş və ləklərdə əkilən bitkilərin cərgəarası məsafə 40 sm, bitkiarası isə 30 sm olmuşdur.

İ s t i f a d ə s i : Daziotu qiymətli dərman bitkisi kimi, bir çox ölkələrin xalq təbabətində və elmi təbabətində geniş istifadə edilir. Onun müalicəvi əhəmiyyəti haqqında, ilk dəfə Hippokrat tərəfindən məlumat verilmişdir. Hələ qədim Yunanıstan və Romada daziotunun müalicəvi xüsusiyyətləri 2500 il bundan əvvəl məlum idi. Daziotunun müalicəvi xüsusiyyətləri haqqında Dioskorid, Böyük Pliniy və İbn Sina öz əsərlərində geniş bəhs etmişlər. Tarixi mənbələri araşdırarkən məlum olur ki, müxtəlif xalqlar daziotunu öz müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə “İona otu”, “yaraları sağaldan Allah”, “dovşan qanı”, “qanverici” və s. adlandırmışlar. İtalyanlar isə, daziotunun bir çox xəstəliklərin

müalicəsində daha çox istifadə edildiyinə görə, ona “göbək otu” və s. adları vermişlər. Rus xalq təbabətində isə daziotu “99 dərdin” dərmanı adlandırılır.

Adi daziotunun əsas müalicəvi xüsusiyyətləri, onun tərkibindəki flavonoidlərin çox olması ilə əlaqədardır. Bu bitkidən daha çox qaraciyər, mədə-bağırsaq xəstəliklərində, revmatizmdə, eyni zamanda müxtəlif qadın xəstəliklərində və dəridə əmələ gələn yaraların müalicəsində istifadə edirlər.

Dərman bitkilərinin müalicəvi xüsusiyyətləri ilə məşğul olan A.T.Bolotov, hələ 1780-ci illərdə yazırdı ki, elə bir dərman bitkisi tapılmaz ki, öz müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə daziotuna bərabər olsun. O, göstərir ki, daziotundan və onun toxumlarından alınan yağ, bir çox daxili xəstəliklərin müalicəsində əvəzolunmaz vasitə kimi istifadə olunur.

Polşa xalq təbabətində isə, daziotunun spirtlə hazırlanmış cövhəri daxili qanaxmaların və çıbanlı yaraların müalicəsində istifadə olunur.

Bundan başqa daziotunun çiçəklərindən hazırlanmış cövhərlə, əsəb və vərəm xəstəliklərini müalicə edirlər. Bir çox tibb mütəxəssisləri daziotundan alınmış yağı, əhənglə qarışdırıb bir çox xəstəlikləri, o cümlədən də oynaqalarda baş verən ağrıların və yanıqların müalicəsinə tətbiq edirlər. Bundan başqa daziotunun yağından, doğuşdan sonra qadınların döş nahiyəsində əmələ gələn vəz şişlərinin müalicəsində daha çox istifadə edirlər.

Hal-hazırda təbabətin elə bir sahəsi yoxdur ki, orada daziotundan istifadə edilməsin. Onun toxumlarından və çiçəklərindən hazırlanmış (alınmış) yağ, bütün dəri xəstəliklərinə, mədə-bağırsaq, böyrək, qaraciyər və s. xəstəliklərinə qarşı istifadə edilir.

Məsələn, qaraciyər xəstəlikləri və öd yolları xəstəliyinə qarşı 40 q daziotu, 30 q qırxbugum, 40 q quruçiçək, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 20 q kövrək mundarça qabığı götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan 4 xörək qaşığı götürüb, onu bir litr suda, bir gecə isladıb, səhər onu 7-10 dəqiqə qaynadırlar. Əvvəl

alınan dəmləmədən acqarına bir stəkan içirlər, sonra qalan hissəsini isə yeməkdən bir saat sonra, onu 4 dəfə içirlər. Bu resept qaraciyər xəstəliklərinə qarşı aparılarkən, mütləq qaraciyər üçün nəzərdə tutulan pəhrizə riayət edilməli və qaraciyər nahiyəsi isti saxlanılmadır.

Böyrəyin kəskin və xroniki iltihabına qarşı 30 q tozağacı tumurcuğu, 40 q daziotu, 40 q qarğıdalı saçağı, 20 q gəndalaş kökü, 30 q tarla qatırquyruğunun yerüstü hissəsi, 20 q qaraqınıq və 15 q çobanyastığı çiçəklərinin qarışığından, 4 xörək qaşığı götürüb, onu bir litr suda bir gecə islağa qoyurlar. Səhər tezdən onu 7-10 dəqiqə qaynadırlar və soyuduqdan sonra süzüb, acqarına bir stəkan içirlər. Yerdə qalan hissəsini isə 4 dəfə, hər dəfə, yeməkdən bir saat sonra içirlər. Qəbizlikdə də bu reseptdən istifadə edilir. Lakin ona 30 q murdaça bitkisinin kökü əlavə olunur.

Daziotu, həm də şəkər xəstəliyinə qarşı istifadə olunan qarışıqların tərkibinə daxildir. Məsələn, 10 q çöl qatırquyruğu, 10 q exinopanaks kökü, 10 q həmərsin (itburnu) meyvəsi, 10 q yatıqqanqalın yerüstü hissəsi, 10 q andız kökü, 20 q qaragilə yarpağı, 10 q daziotu, 10 q adi çobanyastığı çiçəyi, 10 q nanə yarpağı qarışığından, 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyib, şəkərli diabet xəstələrinə qarşı, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 70-80 ml içirlər.

Böyrəkdəki daşlara qarşı 5 q süsən bitkisinin kökümsovu, 5 q ətirli bənövşənin yerüstü hissəsi, 10 q acıçiçəyin yerüstü hissəsi, 10 q gülünbahar bitkisinin yerüstü hissəsi, 15 q daziotunun yerüstü hissəsi, 40 q gicitkən yarpağı götürüb, onların üzərinə 1,5 litr qırmızı çaxır töküüb, ağzı bağlı qabda 10 dəqiqə qaynadaraq, 2 saat otaq temperaturunda saxlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən sonra, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edirlər.

Xroniki hepatit, qaraciyərin serroz xəstəliyinə qarşı 10 q daziotunun yerüstü hissəsi, 10 q dağtərxunu çiçəyi, 10 q boymadərənin yerüstü hissəsi, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q atpıtrağı bitkisinin kökü, 10 q həmərsin (itburnu) meyvəsi, 10 q

sürvə yarpağı, 10 q andız bitkisinin kökü, 10 q qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsi və 10 q yatıqqanqalın yerüstü hissəsini götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 80-100 ml qəbul edirlər.

Qastritə - (mədənin selikli qişasının iltihabına) qarşı 4 hissə qırxbuğum bitkisinin yerüstü hissəsi, 2 hissə boymadərən çiçəyi, 1 hissə nanə yarpağı, 1 hissə çobanyastığı çiçəyi, 4 hissə daziotu, 3 hissə qaragilə yarpağı və 2 hissə qızılçətir bitkisinin yaşıl kütləsini götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 4 xörək qaşığını, 1 litr soyuq suya töküb, bir gecə saxlayırlar. Səhər onu qaynama dərəcəsinə qədər qızdırırlar, 20 dəqiqədən sonra süzülər və gündə 4 dəfə, yeməkdən əvvəl, stəkanla içirlər. Bu tərkibli resept, əgər turşuluğun azalması ilə müşayiət olunursa, onu qastritə qarşı istifadə etmək olar.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı daziotu büzüşdürücü xassəyə malik olduğundan, o, iltihaba qarşı, bakteriya əleyhinə, qankəsici, ödqovucu və sidikqovucu təsirə malikdir. Ona görə də, onun dəmləməsindən mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərində istifadə olunur. Onu hazırlamaq üçün, doğranmış bitkidən 1 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya töküb, 15 dəqiqə zəif od üzərində saxlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-120 ml içirlər.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı daziotunun doğranmış yerüstü hissəsindən 1 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suya töküb, 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-120 ml içirlər.

Bronxoektaziya və pnevmaniya xəstəliklərinə qarşı 10 q andız bitkisinin kökü, 10 q zirə meyvəsi, 10 q şamın yaz tumurcuğu, 10 q gülünbahar bitkisinin çiçəyi, 10 q sürvə yarpağı, 10 q daziotu, 10 q bağayarpağı, 10 q nanə yarpağı və 10 q evkalipt yarpağı götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-70 ml yeməkdən sonra içirlər.

Babasilə (gemarroya) qarşı doğranmış daziotu bitkisindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suya töküüb, 15 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar, soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-120 ml qəbul edirlər.

Qadın xəstəliklərinə qarşı daziotundan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə bir stəkan qaynar su töküüb, 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-120 ml içirlər.

Daziotu bitkisinin cövhərinin hazırlanma qaydası: 100 q qurudulmuş daziotu götürüb, onun üzərinə 500 ml 40 %-li spirt töküüb, 7 gün qaranlıq yerdə saxlanılır. Sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə, yeməkdən əvvəl, 100-120 ml qəbul edirlər.

Daziotunun yağının hazırlanması: 100 q daziotu götürüb, onun üzərinə 600 ml təzə zeytun yağı və ya günəbaxan yağı töküüb, 30 dəqiqə qaynadılır. Soyuduqdan sonra onu süzüb, alınan yağı, dəridə əmələ gələn yaraların üstünə sürtürlər.

Daziotunun çiçəklərindən yağın hazırlanması: 1 xörək qaşığı təzə çiçəklərdən götürüb, onun üzərinə ya 1 stəkan zeytun, ya günəbaxan və ya kətan (zəyərek) yağı töküüb, 2 həftə saxladıqdan sonra onu süzüb, alınan qırmızı rəngli yağı, yaralar sağalana qədər onun üstünə sürtürlər.

Dəmləmənin hazırlanma qaydası: 2-4 xörək qaşığı daziotundan götürüb, onun üstünə 2 litr su töküüb, 20 dəqiqə qaynadırlar və otaq temperaturunda soyuduqdan sonra onu süzüb, alınan ekstrakt ilə yaraları yuyub dezinfeksiya edirlər.

Zəncirotu (*Taraxacum officinale* Wigg.) - Одуванчик

Zəncirotu - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid olan çoxillik ot bitkisidir. Dünyada *Taraxacum* cinsinin 100-dən artıq növü məlumdur.

Azərbaycanda *Taraxacum* cinsinin yabanı halda 13 növü var.



Dərman Zəncirotu
(*Taraxacum officinale* Wigg.)

Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun təcrübə sahəsində becərilən, onun dərman zəncirotu (*T.officinale* Wigg.) növüdür. Onun bu növü, çox zərif kök sisteminə malik, gövdəsi isə nəzərə çarpmayan dərəcədə qısa olur. Yarpaqları kök boğazı ətrafında qaydasız, ensizləşmiş, lələkvari bölümlü formaya malikdir. Onların uzunluğu 10-15sm-dir. Adətən kök boğazından yarpaqlarla bərabər, lakin onlardan bir qədər uzun, içərisi boş silindrik formada çiçək oxu inkişaf edir. Bu çiçək oxunun üstündə, tək-tək səbətşəkilli, böyük çiçək qrupu yerləşir. Onlar adətən iki sıra, yaşıl rəngli yarpaqlarla əhatə olunmuşdur. Bu çiçək səbətləri iri və çox çiçəklidir. Adətən, onun bu çiçəkləri sarı rəngdə olur. Onlar ikicinslidir. Meyvələri uzunsov silindrşəkilli toxumcadır. Bu toxumların üstündə uçağan tüklər yerləşir ki, onlar da bitkilərin yayılmasında əsas rol oynayır.

Zəncirotu bitkisi may-iyun aylarında çiçək açır, elə iyun-iyul aylarında da toxum verir.

Azərbaycanda zəncirotunun bu növü bütün bölgələrdə, xüsusilə də Kür-Araz ovalığında geniş yayılmışdır. Dərman zəncirotu bitkisinə subalp qurşağına qədər, bütün ərəzilərdə, çəmənliklərdə, əkin sahələrində, bağlarda, yol kənarlarında və s. rast gəlmək olar.

Dərman hazırlamaq məqsədi ilə zəncirotu bitkisinin yerüstü hissələrindən və kökündən istifadə edirlər. Onun toplanmış kökləri təmiz yuyulduqdan sonra, havasını tez-tez dəyişmək imkanı olan yerlərdə qurudurlar. Adətən, bu bitkinin tədarüku ilin yaz və payız aylarında aparılır. Payız aylarında toplanmış zəncirotunun köklərinin tərkibində 10% taraksakin, 40% inulin, 12-15% zülal maddələri olur. Yazda toplanmış köklərin tərkibində isə, yuxarıda adları çəkilən birləşmələrin miqdarı daha az olur. Bundan başqa təzə toplanmış yarpaqların südünün tərkibində laktusirol və qətran maddələri üstünlük təşkil edir. Dərman zəncirotu (*T.officinale* Wigg.) bitkisinin istər kökü, istərsə də yerüstü hissəsinin tərkibində 2% zülal, qətran və aşı maddələri, 17% inulin və fruktoza, A və C vitaminləri var.

B e c ə r i l m ə s i : Dərman zəncirotu növü işıq intensivliyinə, torpaq münbitliyinə və rütubətliyinə qarşı, çox tələbkardır. O, qumsal və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Suya çox tələbkər bitkidir. İnstitutun təcrübə sahəsində onun kökümsovları əkilmişdir. Onların cərgəarası məsafə 30-40 sm, bitkiarası isə 30 sm saxlanılmışdır.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində zəncirotu bitkisi həm qaraciyər, həm də öd kisəsi xəstəliklərinin, babasilə və mədə-bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində istifadə olunur. Bu bitkidən qanın tərkibindəki xolesterinin miqdarını azaltmaq, iştahı artırmaq və həzmi yaxşılaşdırmaq məqsədilə daha çox istifadə edirlər. Bundan başqa zəncirotundan böyrək və sidik kisəsində olan daşlara qarşı, eyni zamanda meteorizində və qəbizlikdə də, ondan istifadə edirlər.

Məsələn, öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı 2 çay qaşığı zəncirotunun doğranmış köklərindən götürüb, onu bir stəkan qabaqcadan qaynamış suya töküb, 8 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə yeməkdən əvvəl 100-120 ml içirlər.

Böyrəklərin və sidik yollarının iltihabına qarşı 25 q zəncirotu kökü, 25 q tozağacı yarpağı və 25 q ardıc bitkisinin meyvəsini götürüb, onları qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynamış su töküb, soyuyana qədər saxlayırlar. Soyuyandan sonra, onu süzülər və gündə 3-4 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə bir xörək qaşığı içirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı 2 çay qaşığı zəncirotunun doğranmış kökü və yarpaqlarından götürüb, onu qabaqcadan qaynamış, lakin soyuq suda, 8 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100-120 ml yeməkdən əvvəl içirlər.

Öd daşlarının müalicəsində 10 q nanə yarpağı, 10 q acı yovşanın yerüstü hissəsi, 20 q quruçiçək bitkisinin çiçəyi, 10 q mürdəşə qabığı, 10 q zəncirotu kökü və 40 q boyaqotu bitkisinin kökünü götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onun üzərinə 200 ml su töküb suda həlimi hazırlanır və hazırlanmış ekstraktdan gündə 2-3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 200 ml içirlər.

Böyrəklərin və sidik yollarının iltihabı və infeksiyon xəstəliklərinə qarşı 25 q zəncirotu bitkisinin kökü, 25 q tozağacı yarpağı, 25 q ardıc bitkisinin meyvəsi qarışıqından bir xörək qaşığı götürüb, üzərinə 200 ml isti su tökürlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edirlər.

Xroniki hipoasid, anasid və gastrit xəstəliklərinə qarşı 20 q bağayarpağı, 10 q daziotu, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q gülünbahar çiçəyi, 10 q zəncirotu kökü, 10 q sürvə yarpağı, 10 q kəcəvər kökü qarışıqından, 10,0:20,0 nisbətində isti sulu dəmləmə hazırlanır və gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl qəbul edilir.

Babasilə (gemarroya) qarşı 3 xörək qaşığı zəncirotunun doğranmış kökündən götürüb, bir stəkan qaynar suda, 1 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, onunla yuyunmaq işi aparılır.

Qan azlığına - (Anemiyaya) qarşı gicitkən yarpağından, zəncirotunun kökündən və boymadərənin çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Həmin qarışıqdan bir xörək qaşığı qədər, 1,5 stəkan qaynar suda 3 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, yeməkdən 20 dəqiqə əvvəl, xörək qaşığı ilə içməli. Bu müalicə kursu 8 həftə davam etdirilməlidir.

Qəbizliyə qarşı zəncirotunun köklərindən 2 çay qaşığı götürüb, onun üstünə qabaqcadan qaynadılmış su töküüb, 8 saat saxladıqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə yeməkdən əvvəl 100-120 ml içirlər.

Nanə (*Mentha L.*) - Мята

Nanə - Dələmaz (dodaqçiçəklilər) - (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Dünyada onun 25-dən çox növünün olması (<http://en.wikipedia.org/wiki/Mentha>) haqqında məlumat vardır.

Azərbaycanda nanənin yabanı halda 5 növü bitir. 2003-cü ildən başlayaraq, nanə bitkisinin bütün növləri Bakı və Bakı ətrafı kəndlərdən və Gəncə şəhərindən gətirilmişdir. Nanə bitkisinin növləri daha çox yarpaqlarının formasına, rənginə və tüklü olmalarına görə bir-birindən fərqlənir. Onun bəzi növlərinin yarpaqları tüklü, forması girdə, rəngi tünd yaşıl olur. Onlar aşağıdakılardır:

1. *M.aquatica* L.
2. *M.longifolia* L.
3. *M.piperita* L.
4. *M.rotundifolia* Boriss.
5. *M.piolegium* L.



Adi Nana
(*Mentha piperita* L.)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən nanənin *M.piperita* və *M.longifolia* növləridir. *Piperita* L. növünün yarpaqları uzunsov formada və tüksüz, *M.rotundifolia* Boriss. növünün yarpaqları isə tüklü, forması isə girdə olur. Bu adları çəkilən növlərdən yalnız biri - mədəni halda **a d i n a n ə** (*M.piperita* L.) becərilir. Təbabətdə istifadə olunan nanənin bu növünə isti ot (bibər) nanə də deyirlər. Bu nanə mentol ətrinə malik sənaye əhəmiyyətli bitkidir. Adi nanə bircvli, çiçəkləri ikicinslidir. Öz-özünə tozlanan bitkidir. Onun boyu 40-65sm, tək-tək hallarda isə 75 sm olur. Nanənin kökümsov gövdəsindən əmələ gələn yerüstü gövdəsi dördküncü, düz duran və çox az budaqlanandır. Yarpaqları qısa saplaqlı, uzunsov, yumurtavari-lanset formasındadır. Nanə bitkisinin budaqlarının uclarında sünbülvari xırda çiçək qrupu əmələ gəlir ki, adətən belə forma çiçək köbəsi adlanır. Çiçəkləri çəhrayı və ya yasəmən rəngində olur. Nanə bitkisi nadir hallarda toxum verir.

Xalq təbabətində nanə qurudulmuş halda ən çox xəmir xörəklərində, dovğada, ət xörəklərində (xüsusilə də küftədə) və s. işlədilir. Ondan müxtəlif içkilərin alınmasında da istifadə edirlər.

Xalq təbabətində nanə arağından hələ çox qədim zamanlardan istifadə edilmişdir. Hal-hazırda onu ən çox qarın sancısına qarşı içirlər. Bundan başqa, nanə arağı adətən bədən ağrı olan yerlərinə dərman kimi sürtürlər. Nanə yağı antiseptik, keyləşdirici və damargenişləndirici təsirə malikdir. Nanə xoşagələn dada malik olduğu üçün, ondan konfet istehsalında daha çox istifadə edirlər. Nanə bitkisi həm də südün çürüməsinin qarşısını almaq üçün istifadə edilir.

Nanə bitkisinin tərkibində 0,5-2,5%-ə qədər efir yağı olur. Bu yağın 40-65%-ni **m e n t o l** təşkil edir. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən dağ nanəsinin tərkibində isə 75-90% **m e n t o l** olduğu göstərilir. Nanə bitkisindən alınan efir yağı fitonsid və antiseptik xassəyə malikdir. Onun yerüstü hissəsindən nanə yağı, nanəcövhər və digər məmulatlar da hazırlanır.

B e c ə r i l m ə s i: Nanə bitkisi və onun müxtəlif növləri soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə, torpaq rütubətliyinə və münbitliyinə qarşı çox tələbkar bitkilərdir. Bu bitkilər çoxillik tərəvəz bitkiləri olduğundan, onların əkildiyi sahənin şumu 30-35 sm dərinliyində olmalıdır. Sahədə şumlanma işi başa çatdıqdan sonra, bitkilərin əkilməsi üçün ləklər düzəldilir və sulanır. Əkin aparılarkən torpağın münbit olması (xüsusilə də tərəvəz bitkiləri üçün) çox vacibdir. Ona görə də, suvarmadan 1-2 gün sonra, nanə bitkisinin kökümsov gövdələrinin əkilmə işi başlayır. Nanə bitkilərinin kökümsov gövdələri torpağın 8-10 sm dərinliyinə basdırılır. Bitkilər əkilən zaman, onların cərgəarası məsafə 40-50 sm, bitkiarası 20-30 sm saxlanılır. Bitkilərin əkilməsi başa çatan kimi, sahə dərhal suvarılır.

Nanə bitkisi 5-10 C° istilik şəraitində inkişaf edir və 15-20 C° temperatur şəraitində isə daha yaxşı zərif gövdə və yarpaqlar əmələ gətirir. Havanın temperaturu 25 C°-dən yuxarı olduqda, nanənin yarpaqları tərəvəz kimi istifadə edilmir. Onun yarpaqları getdikcə qalınlaşır və bitkilərdə çiçəklənmə fazası başlayır.

Odur ki, bu bitkilərdən may ayının sonundan başlayaraq sentyabr ayının sonuna qədər tərəvəz bitkisi kimi istifadə edilmir.

Nanə bitkisi vegetasiya dövründə 8-10 dəfə biçilir. Respublikanın bütün bölgələrində geniş yayılmış nanə bitkisi toxumla deyil, kökümsov gövdələri ilə çoxaldılır. Adətən efir yağı, nanə araqı və bir sıra nanəli dərman əhəmiyyətli içkilər bitkilərin kütləvi çiçəkləmə fazasında toplanaraq əldə olunur.

İstifadəsi: Yuxarıda qeyd olunduğu kimi nanə təkcə sənaye əhəmiyyətli bitki deyil, o, daha çox tibbi əhəmiyyətə malik bitkidir. Ondan müxtəlif mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərində, qaraciyər və ürək xəstəliklərində istifadə edirlər.

Məsələn, allergiya xəstəliyi adətən qaraciyər fəaliyyətinin pozulması nəticəsində əmələ gəlir və ona qarşı nanəni suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Baş ağrılarına qarşı. Baş ağrılardan xilas olmaq üçün, ilk növbədə az yemək, az içmək, az düşünmək, spirtli içkilər içməmək və ən vacibi isə nisbətən az yatmaqdır.

- Nanə ilə arpanın qarışığını suda qaynadıb, onu sıyıq halında, başa qoyub bağlayırlar. Və ya, nanənin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onu sıyıq halında başa qoyurlar.

- Xəstə gündə 3 dəfə, stəkanla nanə şirəsi içməlidir.

Böyrək və sidik kisəsindəki qumlara qarşı nanə, kərəviz və palıd qozasını suda qaynadıb, soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Yadda saxlamaq lazımdır ki, böyütkən kökü, kərəviz, nanə, yarpız, yovşan, göy noxud, turp, dəfnə kökü - bunlar böyrək və sidik kisəsini qumlardan təmizləmək xüsusiyyətinə malikdir. Onların təzə vaxtı şirəsini çıxardıb içirlər, qurusunu isə qaynadıb suyunu içirlər.

Qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı boymadərən, solmazçiçək, yovşanotu, razyana toxumu və nanə yarpağı - bunların hər birindən 20 q götürüb, əvvəl onları doğrayırlar, sonra qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 2

stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15-20 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içirlər.

Qaraciyər serrozuna qarşı 150 q nanə, 150 q razyana və 15 q məstəki götürüb, onları həvəngdə narın döyüb (əzib), balla qarışdıraraq məcun hazırlayırlar, sonra ondan gündə 2 dəfə, hər dəfə bir qaşiq qəbul edirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı 1 hissə cirə, 1 hissə razyana, 1 hissə zirə və 2 hissə nanə götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, mədənin spazmalarına qarşı (ağrılı sıxılmalara) və bağırsaqlarda çox qaz əmələ gəlməsinə qarşı, gün ərzində onu qurtum-qurtum içirlər.

Yaxud nanə yarpaqlarından 2 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, qusmalara, bağırsaqlarda qaz əmələ gəlməsinə, ishala və ürək bulanmasına qarşı, onu gün ərzində içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 25 q nanə yarpağı, 25 q zirə toxumu, 25 q razyana toxumu və 25 q pişikotu kökü götürüb, əvvəl onları doğrayırlar, sonra qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, xroniki xəstəliklərdə köpmənin qarşısını almaq üçün, səhər-axşam, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Mədə bulanması və qıcırmasına qarşı cəviz, nanə (hər birindən 10 q), cirə, xardal və kəklikotu (hər birindən 5 q) götürüb, onları suda qaynadıb, alınmış mayeyə bal əlavə edib stəkanla içirlər.

Və ya, cirə, cəviz, xardal, kəklikotu və nanə (hər birindən 10 q) götürüb, əvvəl onları əzib, sonra 200 q balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 2 desert qaşığı qədər qəbul edirlər.

Sidik yolu iltihabına qarşı nanə suyunu bir müddət (3-5 gün) içirlər.

Ürək döyünməsi, ürək ritminin qeyri-normal sürətlənməsinə qarşı:

1. Xəstə çoxlu nanə şirəsi içməli.
2. Stəkanla limon şirəsi içilməli.
3. Yarpızın yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.

Ürəyin müxtəlif xəstəliklərinə qarşı:

- Nanə bitkisinin doğranmış yarpaqlarından 2 çay qaşı qədər götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

- Ürək ağrılarına, yuxusuzluğa və sinir sistemi oyanmalarına qarşı sakitləşdirici vasitə kimi 30 q nanə yarpağı, 30 q daziotu, 20 q pişikotu və 20 q mayaotu bitkisinin qozasını doğrayıb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə saxladıqdan sonra, süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 2-3 xörək qaşığı qədər qəbul edirlər.

Tibbdə nanə bitkisinin yarpaqlarından hazırlanan cövhərdən ürəkbulanmasına qarşı, həm də ondan ödqovucu dərman kimi istifadə edirlər. Bundan başqa, onun yarpaqlarından hazırlanmış nanə suyu, nanə cövhəri, mentol yuxası, həlim, spirtli cövhər ən çox mədə-bağırsaq pozulmaları zamanı ağrıkəsici, qazqovucu dərman kimi işlədilir. Eyni zamanda ondan iştahaçan və mədə spazmasını götürən spazmatik vasitə kimi, ishal, qusma, gəyirmə və s. zamanı istifadə edirlər. Nanə bitkisi həm də mədə üçün hazırlanmış həblərin tərkibinə daxildir. Məsələn, mentolun 1%-li məhluluna şaftalı yağı qataraq, necə bir hipotenzim üsul kimi, hipertoniya xəstəliyi zamanı qəbul edilir. Mentolun parafinlə qarışığı başağrısı və miqren-parabaş (başın bir hissəsində əmələ gələn başağrısı) zamanı dəriyə sürtülür.

Nanə yağı və mentol tampon halında və maz (sürtkü yağı) kimi zökəmə, xüsusilə də soyuqdəyməyə qarşı, istifadə edilir. O, həmçinin islatma dərmanı kimi də işlədilir. Nanə yarpağından aromatik maddə kimi ətriyyat-kosmetika sənayesində istifadə olunur. Nanə yağı diş pastasının tərkibinə də daxil edilir.

**XƏSTƏLİKLƏRİN PROFİLAKTİKASI VƏ MÜALİCƏSİNDƏ İSTİFADƏ OLUNAN ƏSAS
DƏRMAN BİTKİLƏRİNİN BƏZİ BİOLOJİ VƏ TƏSƏRRÜFAT GÖSTƏRİCİLƏRİ**

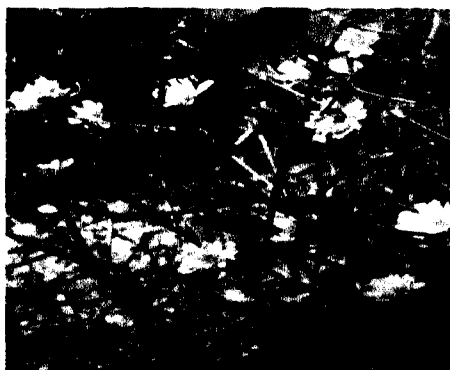
№	Bitkilərin adı	Toxum və ya köklü bitki əkinə vaxtları	Toxumların çilçərməsi tarixləri	Səpin-əkin sxemi, sm	Bitkilərin kütəvləri çıxarkən tarixləri	Toxumların yetişmə tarixləri (gün)	Vegetasiya müddəti (səpindən quruyana qədər), gün	1000 toxumun kütəslə, qr	Fərr yağının miqdarı, %	Piyli yağın miqdarı, %
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Hündürboylu andız <i>Inula helenium</i> L.	15. IV köklü	-	50x30	20. VII	5. IX	23.IX-160	-	1-3	-
2	Adi boymadərən <i>Achillea millefolium</i> L.	23. V köklü	-	40x20	16. VIII	22. IX	14.XI-181	-	0,2-0,4 2,3;	-
3	Əkin keşnişi <i>Coriandrum sativum</i> L.	11. IV 15. IV köklü	26. IV	30x10	7. VI	28. VI	11.VII-91	4,5	0,3-0,5	-
4	Zəif dazi <i>Hypericum perforatum</i> L.	13. IV köklü	-	40x30	18. V	13. VIII	27.VIII-95	-	-	-
5	Dərman zəncirotu <i>Taraxacum officinale</i> Wigg.	15. III köklü	-	40x30	21. V	14. VII	27.VIII-105	-	-	-
6	Adi nanə <i>Mentha piperita</i> L.	15. III köklü	-	30x20	26. VI	25.VII	29.VIII-166	-	0,6-2,5	+

Kasni, cırtanquş (*Cichorium L.*) - Цикорий

Kasni - Astraçiçəklilər (*Asteracea* Dumort.) fəsiləsindən çoxillik ot bitkisidir.

Aralıq dənizi ölkələrində, Həbəşistanda və Asiyada kasni cinsinin 8 növü var. Azərbaycanda onlardan yalnız 2 növü bitir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən Kasni cinsinin adi kasni, cırtanquş (*C.intylus L.*) növüdür.



Adi Kasni
(*Cichorium intybus L.*)

Adi kasni güclü kök sisteminə malik bitkidir. Onun hündürlüyü 65-120 sm-ə çatır. Kasni bitkisinin gövdəsi bərk, az budaqlanan və dikdurandır. Gövdə üzərində yarpaqlar növbə ilə düzümlüdür. Onlar uzunsov - neştəşəkilli, kənarları isə kəsik-kəsikdir. Çiçəklərinin rəngi mavidir. Onlar dildik şəklində olub, çiçək səbətinə toplaşır. Bu çiçək səbətləri əksər hallarda tək-tək, bəzən isə onlar dəstə şəklində olur. Meyvəsi yumurtaşəkilli toxumcadır.

Kasni bitkisi iyun ayından başlayaraq çiçək açır, sentyabr ayında isə meyvə verir.

Adi kasni növü demək olar ki, respublikanın hər yerində, düzənliklərdə, əkin sahələrində, bağlarda, yol kənarlarında və s. geniş yayılmışdır.

Xalq təbabətində əksər hallarda kasni bitkisinin kökündən, tək-tək hallarda isə onun çiçəklərindən istifadə edirlər. Onun çiçəklərini yazda, köklərini isə payızda toplayırlar. Toplanmış köklər kənar bitki qarışıqlarından təmizləndikdən sonra, onu yuyurlar və kölgə yerdə qurudurlar.

B e c ə r i l m ə s i : Kasni soyuğa davamlı, ikiillik bitkidir. O, qumsal, gillicə və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Uzun gün bitkisi. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən kasni bitkisinin kökümsovları aprel ayında əkilmişdir. Onların cərgəarası məsafə 80-90 sm, bitkiarası isə 40-50 sm-dir.

İ s t i f a d ə s i : Kasni bitkisinin kökünün tərkibində 4,5-9,5% fruktoza, 10-20% levuloza, 4,7-6,3% pentozalar, 20% inulin var və o, xolin ilə çox zəngindir. O, iştahı artırır, həzmi isə sürətləndirir. Bundan başqa, onun köklərindən sidikqovucu dərman kimi də istifadə edirlər. Kasni həm də qaraciyər xəstəliklərində, serrozda, ağciyər iltihabında, dalaq şişlərində və öd kisəsində daşlara qarşı, ondan necə bir ödqovucu dərman kimi istifadə olunur. Adətən orqanizmdə yüksəlmiş temperaturu normallaşdırmaq üçün, xəstəyə 100-150 ml kasni şirəsi içirdirlər.

Bağırsaq sancıklarına, ürək bulanmasına və qusmaya qarşı ən yaxşı əlac kasni bitkisindən salat hazırlayıb onu yemək məsləhətdir.

Boğaz iltihabına qarşı ən yaxşı vasitə, kasni bitkisinin yaşıl kütləsini sıxıb onun suyu ilə qarqara etməkdir.

Bağırsaq sancısına qarşı ən yaxşı əlac kasni bitkisinin yarpaqlarından salat düzəldib çox yeməkdir.

Adi kasni bitkisinin qurudulmuş köklərindən qəhvə və ya qəhvəyə əlavə kimi də istifadə edilir. Eyni zamanda, bu bitki bir çox fitoterapevtik qarışıqların da tərkibinə daxildir. Məsələn,

qaraciyər və öd yolları xəstəliklərinə qarşı, 30 q zəncirotu kökü və 30 q kasni bitkisinin kökü qarışığından bir xörək qaşığı götürüb, onu 200 ml suda, 5 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, süzülər. Adətən, alınan ekstrakt bir günlük normadı. Bundan başqa, kasni bitkisinin köklərindən həm də hepatitə qarşı istifadə edirlər. Məsələn, 25 q kasni bitkisinin kökü, 25 q çöl qatırquyruğu və 25 q daziotu qarışığından, 2 çay qaşığı götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 200 ml içirlər.

Qaraciyər serrozuna qarşı 5 q yovşan, 5 q çobanyastığı çiçəyi, 5 q ayrıqotu, 5 q zirə toxumu, 5 q razyana toxumu, 5 q kasni, 5 q bağ sarmaşığı və 5 q kərəviz toxumu götürüb qarışdırılır. Bu qarışığı suya töküüb qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, hər səhər acqarına istənilən qədər içirlər.

Mədə-bağırsaq xəstəliklərindən əziyyət çəkənlər, kasni bitkisinin kökündən, sürvənin yarpaqlarından, ardıc bitkisinin meyvələrindən, acıyovşanın yerüstü hissəsindən və nanənin yarpaqlarından bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan, 2 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynamış suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər.

Öd yollarının daş xəstəliklərinə qarşı kasni bitkisinin kökünü narın doğradıqdan sonra, ondan 2 çay qaşığı götürüb, bir stəkan qaynar suda dəmləyib, gündə bir neçə dəfə, qurtum-qurtum içirlər.

Xolisistit xəstəliyinə qarşı kasni bitkisinin kökündən, ardıc bitkisinin meyvəsindən, zəncirotunun kökündən və şahtərənin yerüstü hissəsindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan, bir xörək qaşığı qədər götürüb, onu bir stəkan qaynamış suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, səhər və axşam, bir stəkan içirlər.

Dəri xəstəliklərinə qarşı kasni bitkisinin kökü, zəncirotunun kökü, razyana bitkisinin toxumu və murdaça qabığı bərabər miqdarda götürülüb doğranılır sonra qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2

xörək qaşığı götürüb, onu iki stəkan qaynar suda 20 dəqiqə dəmləyirlər və gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər. Bu resept həm dəri xoralarına, həm də ekzemalara qarşı işlənən ən yaxşı vasitədir.

İshala qarşı 100 q heyva, 100 q mərsin yarpağı, 100 q mərcimək (qabıqlı), 100 q səndal, 50 q kasni toxumu, 50 q nar çiçəyi, 50 q arpa unu, 25 q xına, kafi miqdarda su və sirkə götürüb, onların hamısını bir yerdə, suya töküüb qaynadırlar və alınmış maye ilə bədəni ovuşdururlar (masaj edirlər). Sıyığı isə qarın nahiyyəsinə yaxırlar.

Əsəb sistemini sakitləşdirən və eyni zamanda yuxugətirici kimi kasni bitkisinin kökündən, acıyovşanın yerüstü hissəsindən, pişikotu bitkisinin kökündən və bulaqotunun yerüstü hissəsindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, yatmaqdan qabaq bir stəkan içirlər.

Aybaşının əmələ gəlməsi üçün, 500 q kərəviz toxumu, 200 q kasni, 50 q razyana toxumu və 50 q zirə toxumu götürüb, soyuq suda qaynadırlar və stəkanla onun suyunu içirlər.

Çaytikani (*Hippophae* L.) - Облепиха

Çaytikanı - İydəkimilər (*Eleagnaceae* Lindl.) fəsiləsindən ikievli kol və kiçik ağac bitki cinsidir.

Avrasiyanın mülayim qurşağında çaytikanının 3 növü var.

Azərbaycanda çaytikanı bitkisinin yalnız 1 növü - adi çaytikanı və ya ləpir (*H.rhamnoides* L.) var. O, əksər hallarda 5-6 m, tək-tək hallarda isə onun hündürlüyü 10 m qədərdir. Yarpaqları növbəli düzümlü, ensiz xətvəri və ya lanset şəkillidir. Onlar təqribən oturaq, üst yarpaqlarının rəngi boz, alt yarpaqlarının rəngi isə tünd-yaşıl olur. Çiçəkləri balaca, onlar sarımtıl rəngindədir. Erkəkciqləri 4 uzun, qismən oturaq tozcuqdan ibarətdir. Dişicik çiçəkləri ya tək-tək, ya da onlar

budaqların qoltuğunda dəstə (topa) şəklində yerləşir. Meyvələri budaqların qoltuğunda qısa saplaqlı və ya oturaq olur, onlar yumru, uzunsov, açıq-sarı yaxud qırmızımtıl rəngdə olur. Çəyirdəyi uzunsov-yumurtavari, tünd-qəhvəyi rəngdədir.



Adi Çaytikanı
(*Hippophae rhamnoides* L.)

Adi çaytikanı bitkisi mart-aprel aylarında çiçək açır, sentyabr-oktyabr aylarında isə meyvəsi yetişir.

Azərbaycanda çaytikanı bitkisi 1975-ci ilə qədər İsmayılı, Qəbələ, Oğuz, Şəki və Quba-Qusar rayonlarının yuxarı dağ qurşağına (1600-2000 m) qədər olan ərazilərində, xüsusilə də Samur və Girdman çayları və Kəlbəcərdə Tərtər çay vadisinin ərazisində geniş yayılmışdır. Hal-hazırda bu ərazilərdə çaytikanı bitkisini tapmaq çox çətindir. Eyni vəziyyət İsmayılı, Oğuz, Qəbələ və Şəki ərazilərində də müşahidə olunur. Belə ki, vaxtı ilə İsmayılı və Şəki ərazilərindən keçən çayların, xüsusilə də Girdman çayının üzərindən keçən Bakı-Qazax avtomobil yolunun kənarları, çaytikanı bitkisi ilə dolu olduğu halda, indi bu bitkiyə hətta 2000-2500 m hündürlükdə yerləşən Lahıc kəndinin ətrafında belə rast gəlmək mümkün deyil. Əgər belə biganəlik bir

neçə il davam edərsə, bu qiymətli dərman bitkisinin qırmızı kitabə düşməsi qaçılmazdır.

Bir çox ədəbiyyatlarda çaytikanı bitkisinin 100 q meyvəsinin tərkibində 10-12 mq/% karotin, 273mq/%-ə qədər C vitamini, 0,79 mq/% fli turşusu, B₁ və P vitaminlərinin olduğu müəyyən edilmişdir. Bundan başqa, onun meyvəsinin tərkibində 3,56% şəkər, 1,96% qlükoza və fruktoza, 2,64% alma turşusu və bir çox başqa turşuların olduğu göstərilir. Onun yarpağının tərkibində isə 230-262 mq/%C vitamini var.

İ s t i f a d ə s i : Göründüyü kimi, çaytikanı bitkisi əsil vitamin mənbəyidir. Onun meyvələri çox yumşaq və çox ətirli olduğundan (meyvələrinin lət hissəsi ananas bitkisini xatırladır) quşlar tərəfindən, xüsusilə də qırqovul tərəfindən böyük həvəslə yeyilir.

Xalq təbabətində çaytikanı bitkisinin meyvələrindən alınan yağ isə, olduqca qiymətli və əhəmiyyətlidir. Onun yağı müxtəlif yaraların, dərinin şüadan zədələnmələrinin və yatalaq xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Bundan başqa onun yağından selikli qışanın iltihabına, mədə və onikibarmaq bağırsaq xorasına, uşaqlıq boynunun eroziyasına və uşaqlıq yolu iltihabına qarşı daha çox istifadə edilir.

Məsələn, mədə və onikibarmaq bağırsaq xəstəliklərinə qarşı xəstə gündə 3 dəfə, hər dəfə, 1 çay qaşığı çaytikanı yağı qəbul etməlidir. Nəzərə almaq lazımdır ki, çaytikanı yağını ilk dəfə qəbul edən insanlar mədəsində qıcqırma olmasın deyə onu 2%-li soda (çay sodası) ilə içməsi məsləhətdir.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı - 3 xörək qaşığı çaytikanı meyvəsi götürüb, onu 0,5 litr isti suya töküb, 10 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Sonra onu süzüb, süzüntüyə bir qədər bal əlavə edib, çay kimi, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml acqarına içirlər.

Dəri və rəmi, ekzema və dəmrov xəstəliklərinə qarşı xəstə gündə bir çay qaşığı çaytikanı yağı qəbul etməli və xəstə

nahiyələrə (ağrıyan yerə) 5 faizli məlhəmdən sürtməlidir. Bu resept təkcə bu adları çəkilən dəri xəstəliklərinə aid deyil, o, eyni zamanda bütün dəri xəstəliklərinə şamil olunur.

Qadın xəstəliklərinə, xüsusilə də eroziyalara, müxtəlif tipli iltihablara qarşı, çaytikanı yağı tampon şəklində uşaqlıq yoluna yeridilir. Bu müalicə 8-12 gün davam etdirilməlidir. Çaytikanı yağının heç bir toksiki təsiri olmadığından, onu hamilə qadınların eroziyalarına qarşı tətbiq etmək olar.

Saçların tökülməsinə qarşı çaytikanının meyvə və yarpaqlarından 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər və 4 saat ağzı bağlı qabda saxlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 150 ml, yeməkdən əvvəl içirlər. Bu mayedən gecələr başın dərisinə də sürtmək olar.

Onu da qeyd etmək lazımdır ki, mədə və onikibarmaq bağırsaq xəstəliklərinə qarşı təkcə çaytikanı bitkisi deyil, eyni zamanda qırxbuğum, meşə çiyələyi, baş kələm, kartof, bağayarpağı, yasəmən, sürvə, qarağat, boymadərən və həmərsin bitkilərindən də istifadə edirlər. Bu bitkilərin hər biri ayrı-ayrılıqda, müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəlikləri üçün nəzərdə tutulmuşdur.

Məsələn, mədə və 12-barmaq bağırsaq xorasının sağlması üçün baş kələmin təzə çıxarılmış şirəsini gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan, yeməkdən 1 saat əvvəl, qəbul etmək lazımdır.

Və ya, böyük bağayarpağı yarpaqlarını əzib şirəsini gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 ml içməli. Çiy kartof şirəsini də, yuxarıda göstərilən qayda ilə çıxarib gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 ml qəbul etmək olar.

Çaytikanı bitkisi bir çox xəstəliklərin müalicəsində, sərbəst, həm də ayrı-ayrı bitkilərlə birlikdə qarışıq halında da istifadə olunur. Məsələn, mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı, gəcəvər, cirə, pişikotu, qırxbuğum, andız, palıd, dızıotu, meşə çiyələyi, gülünbahar, gicitkan, soğan, sarımsaq, dəvədabanı,

nanə, zəncirotu, bağayarpağı, çobanyastığı, həmərsin və arpa bitkiləri ilə birlikdə istifadə edilir.

Məsələn, mədə-bağırsağın müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 10 q bağayarpağı, 10 q nanə yarpağı, 10 q çaytikanı yarpağı, 10 q yovşanotu, 10 q çobanyastığı, 10 q daziotu, 10 q kəcəvər kökü və 10 q ağcaqovuq kökü götürüb, əvvəl onlar doğranılır, sonra isə qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığını, 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, soyuduqdan sonra onu süzüb, 12 barmaq bağırsaq xorasına qarşı, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl yarım stəkan içirlər.

Çaytikanı yağının alınmasının bir çox üsulları mövcuddur. Onlardan ən sadəsi və asanı şirədən heç bir qarışığa yol vermədən yağın təbii yolla çıxarılmasıdır. Bunun üçün ilk növbədə çaytikanı bitkisinin meyvələrini şirəçıxaran ilə sıxıb, onun şirəsini çıxarırlar. Sonra şirəni 3-4 saat toxunulmaz saxladıqda, yağ tədricən mayenin üst səthinə yığılır. Onu ehtiyatla mayedən ayırıb, filtr kağızı ilə süzüb götürürlər. Çaytikanının bu yolla alınan yağı ən keyfiyyətli yağ hesab olunur. Yerdə qalan hissə (cecə) yenidən əzilir və üzərinə bir qədər günəbaxan yağı əlavə olunur. O, 2-3 gün sərin yerdə saxlanılır. Sonra cecə yenidən sıxılaraq filtr kağızından keçirilir və alınmış yağ da çaytikanı yağı hesab olunur. Ancaq bu yağın keyfiyyəti birincidə olduğu kimi olmur.

Xalq təbabətində çaytikanı bitkisinin meyvəsindən həm ağrıkəsici dərman kimi, həm də sarılıq və skorbit (sinqa) xəstəliklərinə qarşı da istifadə edilir. Əgər çaytikanı meyvəsini əzib, onun şirəsi yara olan yerə sürülərsə, onun təsirindən yaralar tez bir zamanda sağalır.

Çaytikanı bitkisinin yarpaq və budaqlarından çox ətirli çay dəmləmək olur.

Yuxarıda qeyd olunduğu kimi, çaytikanı çox qiymətli dərman bitkisidir. Onun məhv olma təhlükəsinin qarşısını almaq üçün, müvafiq qurumlar bu işə qarışmalıdır. Əks təqdirdə bu bitkini xilas etmək mümkün olmayacaqdır.

Yemişan (*Crataegus* C.Koch) - Боярышник

Yemişan - Gülçiçəklilər (*Rosaceae*) fəsiləsinə aid ağac və ya kol bitkisidir. Yer kürəsinin mülayim qurşağında, onun 700-ə qədər, dünyada isə 2000-dən çox növü var.



Beşyuvallı yemişan
(*Crataegus pentagyna* L.)

Azərbaycanda yemişan cinsinin yabanı halda 9 növü məlumdur. İnstitutun Elmi Tədqiqat bazasında onun beşyuvallı yemişan (*C.pentagyna* L.) növü becərilir. Yemişanın bu növünün boyu 2-3 m, tək-tək hallarda isə 5 m-ə çatır. Yemişanın cavan budaqları yumşaq tüklü, yarpaqları isə tüksüz, tünd-göy rəngdə olur. Onlar yumurtaşəkilli, ucları küt, kənarları isə dişlidir. Çiçəkləri mürəkkəb, çox çiçəklidir. Kasa yarpaqlarının sayı 6-dır. Onların ucları iti, forması isə yumurtavaridir. Ləçəklərinin rəngi ağdır. Meyvəsi şarşəkillidir. Onların rəngi əksər hallarda qara olur. Toxumlarının sayı bir çox hallarda 3, tək-tək hallarda isə 7 olur.

Yemişan bitkisi may ayında çiçək açır, sentyabr-oktyabr aylarında isə onun meyvəsi yetişir.

Yabanı halda respublikanın orta dağ qurşağına qədər, bütün ərazilərdə, meşə açıqlıqlarında, kolluqlarda, günəşli yerlərdə və s. topa halında bitir. Yemişan bitkisi Böyük Qafqazın, xüsusilə də Quba-Qusar və Şəki-Zaqatala ərazilərində olan meşələrdə daha çox yayılmışdır.

Əlbəttə, yemişanın çox qiymətli dərman bitkisi kimi Abşeron şəraitində daha çox əkilməsinə böyük ehtiyac var. Əvvəla, o, küləksiz (külək az tutan) yerlərdə əkilməlidir və elə etmək lazımdır ki, yay mövsümü onları tez-tez suvarmaq imkanı olsun.

Bəzi mütəxəssislər Abşeron ərazisinin çox isti və quraq keçməsinə bəhanə gətirərək, yemişan bitkisinin kütləvi surətdə əkilməsinin əleyhinədirlər. Lakin ehtiyatlanmağa ehtiyac yoxdur. Ona görə ki, yemişan bitkisinin bütün növləri soyuğa davamlı olduğu kimi, işıq intensivliyinə də çox tələbkər, quraqlığa isə davamlı bitkilərdir.

Dünyanın inkişaf etmiş ölkələrində, sırf ürək xəstəliklərinin müalicəsilə məşğul olan xəstəxanaların sayı azdır. Lakin belə mövcud xəstəxanaların yalnız ərazisində deyil, eyni zamanda, həmin xəstəxananın içərisində də yemişan bitkisini əkir və becərirlər.

Nəyə görə biz bu qiymətli dərman bitkisini kütləvi halda (əgər xəstəxanaların ərazisində əkə bilmiriksə) heç olmasa Bakı, Gəncə və s. şəhərlərin parklarında, bağlarında, yol kənarlarında əkib becərməyək?

Təbabətdə bu qiymətli bitkinin həm meyvələrindən, həm yarpaqlarından, həm də çiçəklərindən istifadə edirlər. Dərman məqsədi ilə yemişanın daha çox xırda yarpaqlı növlərindən istifadə olunur. Onun bütün növləri bal verən bitkilərdir.

Yemişan bitkisinin çiçəklərinin və meyvələrinin tərkibi, müalicəvi əhəmiyyətə malik olan, üzvi maddələrlə çox zəngindir. Bu üzvi maddələrin əsasını isə flavonoidlər, triterpen saponinləri, xlorogen turşuları, efir yağları və s. təşkil edir. Bundan başqa, onun gövdəsinin qabığında aşı maddələri olduğu müəyyən edilmişdir.

İstifadəsi: Dahi İbn Sina özünün “Qanun” kitabında yemişan bitkisinin əhəmiyyəti haqda belə demişdir: yemişan mərkəzi sinir sisteminin oyanmasını zəiflədir, ürək əzələlərinin tonusunu artırır, tac damarlarında qan dövranını gücləndirir, pozulmuş ürək ritmini və ürək döyünməsinə normalaşdırır və qan təzyiqini endirir.

Müxtəlif ürək xəstəliklərinə qarşı 0,5 kq yemişan meyvəsini taxta həvəngdə əzib, onun üzərinə 100 ml su töküüb, 40 C° temperaturaya qədər qızdırırlar. Sonra onu sıxıb şirəsini çıxarırlar və bu şirədən gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir xörək qaşığı, yeməkdən əvvəl içirlər. Bu reseptdən həm də ateroskleroza, hipertoniya xəstəliyinə (başlanğıcda), hipertirioz (taxikardialı) xəstəliyinə, yuxusuzluğa, angionevrozlara, ürək fəaliyyətinin zəifliyinə və funksional pozulmalarına qarşı istifadə olunur.

Xalq təbabətində yemişan bitkisinin meyvələri və çiçəkləri həm yuxusuzluğa, həm təngənəfəsliyə, tireotoksikoza (Ur xəstəliyi), həm də yüksək qızdırmaya və öskürəyə qarşı, necə bir sakitləşdirici dərman kimi işlədilir.

Yemişan həm də əsəb pozğunluğuna, sinir sistemini sakitləşdirici dərman kimi istifadə olunur. Məsələn, 3 hissə yemişan bitkisinin çiçəkləri və 1 hissə çobanyastığı çiçəyi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıq bir stəkan qaynar suda, 8 saat saxlanılır. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən bir saat əvvəl 250 ml içilir.

- 3 hissə yemişanın meyvələri, 2 hissə çiçəkləri, 2 hissə pişikotu kökü, 3 hissə daziotu və 3 hissə boymadərən götürüb qarışdırılır. Bu qarışığı, bir stəkan qaynar suda, 5-6 saat dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 100-150 ml içirlər.

- Yemişanın quru meyvələrindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 2 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, yeməkdən əvvəl, 2 xörək qaşığı içirlər.

- 10 q yemişanın quru meyvələrindən götürüb, onun üzərinə 100 q ara q töküb, 10 gün qaranlıq yerdə saxladıqdan sonra süzlürlər. Sonra qarışıqdan 30 damcı götürüb, onu su ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yeməkdən əvvəl içirlər.

Yuxusuzluq və aritmiya xəstəliklərinə qarşı, bir xörək qaşığı yemişanın qurudulmuş çiçəklərini, 200 ml suda dəmləyib, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə, 80-100 ml yeməkdən əvvəl qəbul edilməsi məsləhətdir.

Yemişan bitkisi həm də bir çox bitkilərlə birlikdə qarışıq halında istifadə edilir. Məsələn, ürək döyünməsinə və yuxusuzluğa qarşı, 20 q qatırquyuğu bitkisinin, 30 q qırxbuğum bitkisinin və 50 q yemişan çiçəyinin qarışığından 10 q götürüb, 200 ml suda dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-70 ml içirlər.

Yuxusuzluğa qarşı 20 q bədrənc bitkisinin yarpağı, 20 q yemişan çiçəyi, 30 q pişikotu kökü və 30 q damotunun yerüstü hissəsini götürüb qarışdırırlar və bu qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 300 ml qaynamış su töküb, isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml qəbul edirlər.

Ürək xəstəliklərinə qarşı sakitləşdirici kimi, 20 q qatırquyuğuotu, 30 q qırxbuğumotu və 50 q yemişan çiçəyi götürüb, onlar əvvəl doğranılıb, sonra isə qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, ürək döyüntüsü, əsəbilik və yuxusuzluğa qarşı, gündə 2 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Qan təzyiqinin yüksək olması, - hipertoniya xəstəliyinə qarşı 10 q üvəz (quş armudu) meyvəsi, 15 q yemişan meyvəsi, 10 q yer kökü, 10 q razıyana toxumu, 15 q pişikotu, 10 q qatırquyuğu və 15 q gülavər çiçəyi götürüb doğranıb qarışdırılır. Qarışıqdan 2-3 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 25-30 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, 1-2 dərəcəli hipertoniyalı xəstələrə onu dərman kimi, gündə 3-4 dəfə içirdirlər.

Daha bir resept: - hipertoniya xəstəliyinə qarşı 25 q dövşan kələminin yerüstü hissəsi və 25 q yemişan meyvəsi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, üzərinə 200 ml qaynamış su töküb dəmə qoyulur. Sonra, onu süzüb, gün ərzində qəbul edirlər (bu, bir günlük normadır).

Daha bir resept: - hipertoniya xəstəliyinə qarşı 20 q yemişan çiçəyi, 20 q qıfotu, 20 q pişikotu kökü və 20 q zirinc toxumunu götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda 20-25 dəqiqə qaynadırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Ürək zəifliyinə qarşı 5 hissə yemişan çiçəyi, 3 hissə qırxbuğum bitkisinin yerüstü hissəsi və 2 hissə qatırquyruğu bitkisinin yerüstü hissəsini götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər bir stəkan qaynar suda, 2 saat saxladıqdan sonra süzüb, gün ərzində onu qurtum-qurtum içirlər.

Xroniki ürək çatışmazlığına qarşı, 25 q yemişan çiçəyi və yarpağı, 25 q qızıl-səbət bitkisinin yerüstü hissəsini götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynamış su töküb, 10 dəqiqə dəmə qoyurlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, alınan ekstraktdan gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan qəbul edirlər.

Aybaşının kəsilməsi (klimaks). Belə bir dövüdə, orqanizmin vəziyyətini normallaşdırmaq üçün ən çox yemişan, pişikotu, sürvə və kalendula (gülünbahar) bitkilərindən istifadə olunur. Məsələn, yemişanın quru meyvələrindən, 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 2 saat saxladıqdan sonra süzülər. Alınmış mayedən gündə 3-4 dəfə, yeməkdən əvvəl, 1-2 xörək qaşığı içirlər. Alınmış maye klimaksda, hipertoniya, vekstonelrozlarda, təngənəfəslikdə və başgicəllənməsində daha çox işlədilir.

Daha bir resept: - yemişanın meyvə və çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan, 3 xörək qaşığı qədər, 3 stəkan qaynar suya töküb, onu 2 saat isti şəraitdə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, klimaksın başlanma

dövründə, yeməkdən ya 30 dəqiqə əvvəl, və ya 1 saat sonra, 1-2 xörək qaşığı içirlər. Bu məlhəmdən ürək xəstəliklərində, başgicəllənmələrində, təngənəfəslikdə də, ümumi vəziyyət yaxşılaşana qədər istifadə olunur.

Əlbəttə yemişan bitkisinin bir çox növləri (onlar ətli olduğundan), yerli adamlar onun meyvələrindən şirə və kisel hazırlayırlar. Eyni zamanda, onun meyvələrindən kofe üçün surroqat da hazırlayırlar.

Yemişanın cavan yarpaqlarından və budaqlarından çox ətirli çay dəmləmək olar.

Dalamaz (*Lamium* L.) - Крапива глухая, яснотка

Bu bitki Dalamaz (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsindən bir və ya çoxillik ot biktisidir. Avropada, Asiya və Şimali Afrikada dalamaz (*Lamium* L.) cinsinin 40 növü var. Onlardan yalnız 5 növü Azərbaycanda bitir. Bu növlərin 5-i bal verən bitkilər hesab edilir.



Ağ Dalamaz
(*Lamium album* L.)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dalamaz cinsinin ağ dalamaz *L.album* L. növüdür. Ağ dalamaz növünün kökümsov gövdələri 2009-cu ildə, Şəki şəhəri ərazisindən toplanaraq, institutun təcrübə sahəsində becərilməsi üçün gətirilmişdir.

Təbabətdə dalamazın bu növündən daha çox istifadə edirlər. Onun boyu 35-50 sm-dir. Gövdə üzərində yarpaqlar qarşı-qarşıya düzümlü, qısa saplaqlıdırlar. Bu yarpaqlar yumurtaşəkilli, kənarları isə mişar dişli olur. Çiçəklərinin rəngi ağdır. Onlar bitkinin gövdəsi üzərində, yarpaqların qoltuğunda və ya ucunda topa halında (topa şəklində) yerləşir. Kasa yarpaqları uzunsov-zəngşəkilli, 5 dilimlidir. Erkəkciqlərin sayı 4-dür. Meyvəsi üçküncü uzunsov meyvədir.

Dalamaz cinsinin bu növü may ayından başlayaraq çiçək açır və bu çiçəklənmə avqust ayının sonuna qədər davam edir.

Ağ dalamaz Azərbaycanda əsasən Böyük Qafqazın şərq və qərb ərazilərində, xüsusilə də (Şəkidə və Qubada), Kiçik Qafqazın şimalında, Lənkəran ərazisində və Kür düzənliyində və s. geniş yayılmışdır.

Dərman hazırlamaq məqsədilə, əsasən dalamazın çiçəklərindən istifadə edirlər. Onun çiçəklərinin tərkibində qətran maddələri, tanin, sapaninlər, efir yağları, aşı maddələri və bir çox turşular var.

B e c ə r i l m ə s i : İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dalamaz cinsinin ağ dalamaz növü soyuga davamlı, rütubətə isə çox tələbkar bitkidir. O, qumsal, lakin çox çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. 2009-cu ildə dalamaz bitkisinin kökümsov gövdələri Şəki ərazisindən toplanaraq, Abşeron şəraitində becərilməsi üçün gətirilmişdir. Onun bu kökümsovları təcrübə sahəsində cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Cərgəarası 30 sm cərgədə, bitkiarası 30 sm-dir.

İ s t i f a d ə s i : Dalamaz bitkisinin çiçəkləri büzücü təsirə malikdir. Ondan, böyrək xəstəliklərində, sidik kisəsinin

xəstəliklərində, spazmalarda, dəri xəstəliklərində, anemiyada, babasildə və bronxların iltihabında daha çox istifadə edirlər. Eyni zamanda onun çiçəkləri bəlgəmgətirici vasitə kimi də işlədilir.

İnsanlar hələ çox qədim zamanlarda, müxtəlif yaraların sağalmasında, dalamaz bitkisinin çiçəklərindən hazırlanmış ağ rəngli tozdan istifadə etmişlər.

Hal-hazırda xalq təbabətində dalamaz bitkisinin çiçəklərindən hazırlanmış ağ rəngli tozdan istifadə edərək, müxtəlif dəri xəstəliklərinin və qanaxmaların qarşısını alırlar. Məsələn, 4-5 çay qaşığı narın doğranmış dalamaz çiçəklərini, 2 stəkan qaynamış suda dəmləyərək, gün ərzində, onu bir neçə dəfəyə içirlər. Müxtəlif yanıq yerlərinin sağlması üçün, 30 q dalamaz bitkisinin çiçəyini, bir litr suda 15-20 dəqiqə qaynadırlar, soyuduqdan sonra, onunla yanıq yerlərini soyuq kompres edirlər.

Qaraciyərin bir çox xəstəliklərinə qarşı dalamaz bitkisinin çiçəklərindən, xaş-xaşdan, göyəm və çobanyastığı bitkilərinin çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyirlər, sonra onu süzülər və gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir stəkan içirlər.

Qəbizlik xəstəliyinə qarşı dalamazın çiçəklərindən, gəndalaşın çiçəklərindən, kövrək mürdəşirin qabığından, çobanyastığının və göyəmin çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, gündə 2-3 stəkan içirlər.

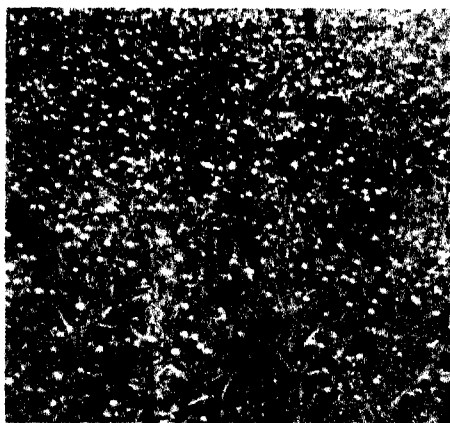
Diabet (şəkər) xəstəliyinin müalicəsi üçün dalamazın çiçəklərini, boymadərənin yerüstü hissəsini, çobanyastığının yarpaqlarını bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynamış suda dəmləyirlər, sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə bir stəkan içirlər.

Kətan, zəyəmək (*Linum L.*) - Jəh

Bu bitki Kətan (*Linaceae*) fəsiləsinə aid birillik və çoxillik ot bitkisi. Kətan əsasən subtropik və mülayim iqlimi olan ölkələrdə bitir. Dünyada kətanın 200-dən artıq növü var.

Azərbaycanda kətanın yabanı halda 2, bəzi ədəbiyyatlarda isə onun 13 növünün olduğu göstərilir. Bu növlərdən yalnız ikisi mədəni halda becərilir:

1. A d i k ə t a n - *L.usitatissimum* L.
2. Q ı v r ı m k ə t a n - *L.humile* Mill.



Qıvrım Kətan, Zəyəmək
(*Linum humile* Mill.)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən kətanın, qıvrım kətan (*L.humila* Mill.) növüdür. Bu bitkinin toxumları 2003-cü ildən başlayaraq, respublikanın müxtəlif bölgələrindən - Naxçıvandan, Gəncədən və Lənkərandan toplanmışdır.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən adi kətan (*L.usitatissimum* L.) növünün gövdəsi düzqalxan, 1 m hündürlüyündə bitkidir. Budaqlanma bu bitkinin əsasən yuxarı hissəsindən başlayır. Kətanın bu növündən əsasən lif istehsal edirdilər. Cəlilabad

rayonunun ərazisində becərilən bu növün toxumlarının tərkibində 25-30% yağ, 4,8% selik olduğu müəyyən edilmişdir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən qıvrım kətan (*L.humile* Mill.) növünün gövdəsi isə çox şaxələnəndir. Budaqlanma əsasən bitkinin yerüstü hissəsindən başlayır. Boyu 45-60 sm-dir. Yarpaqları qısa saplaqlı, xırda lansetşəkillidir. Bənövşəyi rəngli çiçəkləri budaqların uc hissəsində yerləşir. Meyvəsi xırda qutucuqdur. Hər qutuda 6-8 toxum olur. Onların rəngi boz, yastı ellips formasındadır. 1000 toxumun kütləsi 5,3 qramdır. Toxumlar cücərmə qabiliyyətini 3-4 il saxlayır.

Kətan yağı doymamış turşularla çox zəngindir. Quru kətan yağının tərkibi olein, palmitin və stearin turşuları ilə zəngindir. Onun yağı sabun istehsalında, xüsusilə də yaşıl sabunun alınmasında işlədilir. Alınan sabun ilə müxtəlif dəri xəstəliklərinin yuyulub təmizlənməsində istifadə edilir.

İyun-iyul aylarında çiçək açır, elə iyul ayının sonunda da toxum verir. Toxumlar tam yetişməmiş ikinci çiçəklənmə fazası başlayır və sentyabr ayında ikinci məhsul verir. Təəssüflər olsun ki, bu qiymətli bitkinin ildə iki dəfə məhsul verməsi haqda heç bir yerdə məlumat verilmir.

İnstitutun təcrübə sahəsindən becərilən qıvrım kətan növünün toxumlarının tərkibində 32,7% piyli-yağ olduğu müəyyən edilmişdir.

Kətan yağı lif, əlif, boya, linoleum və s. hazırlanmasında daha çox işlədilir. Kətan bitkisindən oda və suya davamlı kağız hazırlayırlar. Kətan bitkisindən hazırlanan jmx, heyvanlar üçün ən qüvvəli yem hesab olunur.

B e c ə r i l m ə s i: Kətan bitkisi işıq intensivliyinə, suya, torpaq münbitliyinə və peyinə çox tələbkar bitkidir. O, yumşaq torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Kətan istiyə davamlı bitkidir. Onun becərilməsi küncüddə olduğu kimidir. Lakin kətan suya daha çox tələbkar bitkidir. Çox qulluq tələb edir. Odur ki, hər suvarmadan sonra bitkilərin dibinin doldurulması olduqca vacibdir.

Onun toxumları aprel ayının 10-dan 25-nə qədər səpilərsə, daha yaxşı nəticə verir. Toxumları tez cücərən bitkidir. Kətan bitkisinin toxumları cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Onun cərgəarası məsafə 30 sm, bitkiarası isə 10 sm-dir. Toxum cücərəndən 50-60 gün sonra bitkilər çiçək açır, 90-95 gündən sonra isə meyvə verir.

İstifadəsi: İstər rəsmi tibbdə, istərsə də xalq təbabətində kətan bitkisinin yağı məlhəm və sürtkü dərmanlarının hazırlanmasında daha çox işlədilir. O, bir çox mədə xəstəliklərində və onikibarmaq bağırsaq soyuqlamalarında istifadə edilir. Onun toxumundan hazırlanmış selik, ən çox mədə yarasının üstünün örtülməsində işlədilir.

Əgər kətanın toxumlarını əzib, onu balla qarışdırıb, həmin qarışıqdan gündə 30-40 q, hər səhər acqarına qəbul edilərsə, mədə xorasını, ağciyər və bağırsaq vərəmini sağaldar. O, həm də bağırsaq iltihabını aradan qaldırır.

Kətan toxumlarını əzib, onu bal və istiotla qarışdırıb, məcun kimi qəbul edilərsə, o, cinsi gücü artırır.

Mədə xorasına qarşı kətan (zəyərək) toxumunu suda bişirib, içinə süzmə bal qarışdırıb, hər səhər acqarına (15 gün müddətində), gündə 3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edilir.

Öskürəyə qarşı zəyərək toxumunu əzib, onu balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir desert qaşığı qəbul etməli.

Yaxud: - sidik yollarının iltihabına qarşı zəyərək toxumlarını əzib, bal ilə məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul etməli.

Və ya, sidik yollarının iltihabı zamanı, susuzluqda su əvəzinə doşab şərbəti (müəyyən müddət) içilərsə, bu xəstəlik aradan qalxmış olur.

Böyrək-sidik kisəsi iltihabına qarşı 10 q zəyərək toxumu, 3 q kitrə və 5 q nişasta götürüb, onları bir-bir, növbə ilə, əvvəl zəyərək toxumunu, sonra kitrəni və sonda nişastanı, 1 stəkan bal şərbətilə içməli.

Daha bir resept: - 10 q zəyərək toxumunu, 50 q əməkəməcini və 5 q xaxşax qozasını kifayət qədər suda qaynadıb, soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

Qastrit-mədənin selikli qışasının iltihabına qarşı 10 q zəyərək toxumunu həvəngdə əzib, yeməkdən əvvəl, hər gün, onu su ilə içməli.

Qəbizliyə qarşı yeməklərarası bir xörək qaşığı kətan (zəyərək) toxumunu əzib, onu su ilə qəbul etməli.

Ağciyər xəstəliklərinə qarşı 250 q zəyərək toxumu, 250 q pambıq toxumu, 500 q biyan kökü, 125 q göy noxud və 500 q zirə toxumu götürüb, onları həvəngdə narın döyüb, badam yağı ilə yoğrulur. Sonra ora kifayət qədər bal əlavə etməklə məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edilir.

Ağciyər vərəminə qarşı kətanın toxumu ilə balda məcun hazırlayıb, xəstəyə gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı verilir.

Yoğun bağırsağ iltihabına qarşı kətanın toxumlarını əzib, onu balla qarışdıraraq məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Yoğun bağırsağ iltihabına qarşı kətan toxumunu əzib, onu balla qarışdırıb, məcun kimi, hər gün, yeməkdən əvvəl, 1-2 desert qaşığı qəbul etməli.

Cinsi zəifliyə (soyuqluğa) qarşı kətan toxumunu suda qaynadıb, suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

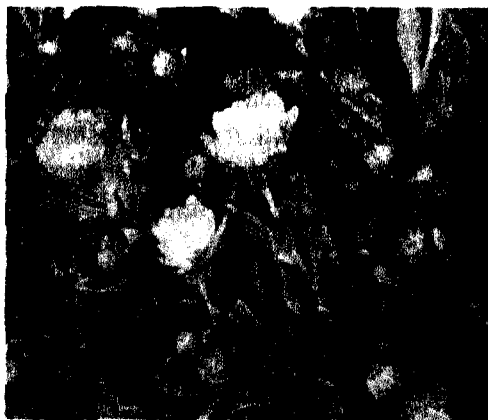
Cinsi gücün artırılması üçün kətan toxumu, istiot və baldan məcun hazırlayıb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə qarşı 10 q cökə çiçəyi, 20 q zəyərək toxumu, 20 q şirinbiyan kökü, 20 q kəcəvərin kökümsov gövdəsi, 10 q nanə yarpağı və 20 q razyana toxumu götürüb doğranır, sonra qarışdırılır. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmlənir. Soyuduqdan sonra onu süzüb, mədə şirəsi turşuluğunun artmasına qarşı, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl yarım stəkan içməli.

Qastritə qarşı 50 q kətan (zəyəmək) toxumu, 30 q mürsəfi və 50 q şəkər götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan hər dəfə 1 qaşığı götürüb, onu su ilə içməli.

Gülünbahar (*Calendula L.*) - Ноготки

Gülünbahar - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid ikiillik ot bitkisidir. Aralıq dənizi ölkələrində, eyni zamanda Asiya və Avropada onun 20-30 növü yayılmışdır.



Dərman Gülünbahar
(*Calendula officinalis* L.)

Azərbaycanda gülünbahar cinsinin 3 növü var. Onlardan yalnız 1 növü, dərman gülünbahar (*C.officinalis* L.) mədəni halda becərilir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən gülünbahar cinsinin bu növünün toxumları və kökümsov gövdələri 2010-cu ildə Abşeronun müxtəlif yerlərindən toplanmışdır.

Dərman gülünbahar bitkisinin gövdəsi dikduran, qabırğalı və az budaqlanandır. Onun hündürlüyü 20-25 sm-dir. Yarpaqları oturaq, ucları küt, adətən uzunsov, lakin getdikcə onların forması qisməndə olsa dəyişərək lansetşəkilli olur. Çiçəkləri iri, gövdənin

yuxarı hissəsində yerləşən səbətçikdə toplaşır, rəngləri parlaq qırmızı-sarı və ya narıncıdır. Toxumları qayıqşəkilli səbətdə yerləşir. Bu səbətlərin uzunluğu 2-5 sm olur.

Gülünbahar bitkisi iyun ayından başlayaraq, oktyabr ayının sonuna qədər çiçək açır. Çox da xoşa gəlməyən iyə malik olan bu bitki, dekorativ bitki kimi əkilir və becərilir.

Ona Azərbaycanın əksər bölgələrində, xüsusilə də Abşeron yarımadasında rast gəlmək olar. O, daha çox yol kənarlarında, bağlarda və parklarda necə bir bəzək bitkisi kimi əkilir.

Xalq təbabətində gülünbahar bitkisinin səbətşəkilli çiçəklərindən və yarpaqlarından istifadə edirlər. Adətən onları əvvəl toplayıb açıq havada qurudurlar, sonra isə istifadə edirlər.

Gülünbahar bitkisinin çiçəklərinin tərkibi karotinoidlərlə çox zəngindir. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən onun çiçək səbətinin kənarlarında yerləşən çiçəklərin tərkibində 30 mq% karotin olur. Eyni zamanda onun bu çiçəklərinin tərkibində 0,02% efir yağı, 3,44% qətranlar, 5% selikli maddələr, 95 mq% C vitamini, üzvi turşular və kalenden adlanan aşı maddəsinin olduğu müəyyən edilmişdir. Bundan başqa, onun yaşıl kütləsinin tərkibində kalenden, aşı maddəsi, arindol, frandol və s. var.

B e c ə r i l m ə s i : Gülünbaharı bitkisi işıq intensivliyinə, torpaq münbitliyinə və rütubətliyə qarşı çox tələbkar bitkidir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən bu bitki soyuğa və istiyə davamlı, suya isə çox tələbkardır. Onun toxumları 6-8 C°-də cücərir. Toxumları cərgə üsulu ilə səpilmişdir. Cərgəarası 30 sm, bitkiarası 20 sm-dir.

İ s t i f a d ə s i : Gülünbahar bitkisi çox qiymətli dərman bitkisi olmaqla bərabər, həm də bəzək və boyaq bitkisidir. Xalq təbabətində gülünbahar bitkisinin çiçəklərindən göz xəstəliklərinə, mədə spazmlarına, qaraciyər xəstəliklərinə, bronxial astma xəstəliyinə və bir çox başqa xəstəliklərə qarşı istifadə edirlər. Məsələn, üzün dərisində əmələ gələn çilləmə

xəstəliyinə qarşı gülünbahar bitkisinin yarpaqlarından hazırlanmış şirədən, limon şirəsindən, qarağat bitkisinin meyvə şirəsindən və badam yağından istifadə edirlər. Bu bitkilərin şirələrindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Sonra həmin qarışıq ilə, uzun dərisini gündə 2 dəfə (səhər və axşam) silməklə xəstəlik aradan qaldırılır.

Əgər gözün görmə qabiliyyəti zəifdirsə, gülünbahar və güləvər bitkilərinin çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb, islatma hazırlayırlar və gözün üstünə qoyurlar.

Qaraciyər xəstəliklərinə qarşı 40 q dızıotu bitkisinin yerüstü hissəsi, 20 q qırxbuğum, 30 q kasni, 40 q ödotu bitkisinin yaşıl kütləsi, 40 q gülünbahar bitkisinin çiçəkləri, 10 q adi çobanyastığı çiçəkləri və 30 q kövrək murdaça qabığını götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Qarışıqdan 20 q götürüb, axşamdan islağa qoyurlar (isladırlar). Səhər onu 5-7 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, 20 dəqiqə dəmə qoyurlar. Soyuduqdan sonra süzüb, onu gün ərzində içirlər.

Bronxial astma xəstəliyinə qarşı 10 q andız kökü, 10 q dəvədabanı yarpağı, 10 q üçrəngli bənövşənin yerüstü hissəsi, 10 q adi çobanyastığı çiçəyi, 10 q biyan kökü, 10 q zirə toxumu, 10 q nanə yarpağı və 10 q bağayarpağı bir-birilə qarışdırırlar. Qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 50-70 ml, yeməkdən sonra içirlər.

Yaş bronxitə qarşı 10 q andız bitkisinin kökü, 10 q zirə toxumu, 15 q şam ağacının yaz tumurcuqları, 10 q gülünbaharı çiçəkləri, 10 q nanə yarpağı, 10 q sürvə yarpağı, 10 q üçrəngli bənövşənin yerüstü hissəsi və 15 q evkalipt yarpağı götürüb qarışdırılır və bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 50-60 ml yeməkdən sonra içirlər.

Revmatizm xəstəliklərindən əziyyət çəkənlər gülünbahar çiçəyindən, gəndalaşın və gicitikanın yarpağından, ardıcın meyvəsindən, söyüdü qabığından, qatırquyruğunun yerüstü hissəsindən və toz ağacının yarpağından bərabər miqdarda

götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Sonra həmin qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb, onu 0,5 litr qaynamış suda 10 dəqiqə saxladıqdan sonra süzülər və 2 saatdan bir, 1 stəkan içirlər.

Təbabətdə mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı əsasən cirə, pişikotu, gəcəvər, qırxbuğum, andız, palıd, dazıotu, gülünbahar, meşə çiyləyi, gicitkən, soğan, sarımsaq, dəvədabanı, nanə, çaytikanı, bağayarpağı, həmərsin, çobanyastığı və s. bitkilərin istifadəsi tövsiyə olunur. Bu bitkilərin hər biri, ayrı-ayrılıqda mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı istifadə oluna bilər. Məsələn, 2 çay qaşığı gülünbahar bitkisinin çiçəklərini, 2 saat qaynar suda saxladıqdan sonra, onu 30 dəqiqə su hamamında qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzülər və gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı içirlər.

Mədə-bağırsaq xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı gülünbahar çiçəyi, boymadərənin yerüstü hissəsi, andız kökü, pişikotu bitkisinin kökü, çobanyastığı çiçəyi və qaragilə meyvəsi: - bunların hər birindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yarım stəkan, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl içirlər.

Mədə, 12-barmaq bağırsaq xoralarına qarşı 10 q bağayarpağı, 10 q nanə yarpağı, 10 q yovşanın yerüstü hissəsi, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q gülünbahar çiçəyi və 10 q gəcəvər kökü götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 xörək qaşığını, 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içirlər.

Elmi təbabətdə müəyyən edilmişdir ki, öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı bütün hallarda gəcəvər, qırxbuğum, qaraqınıq, dazıotu, gülünbahar, gicitkən, zəncirotu, bağayarpağı, üvəz, boymadərə, sürvə və həmərsin bitkilərindən istifadə oluna bilər. Bu bitkilər hər biri ayrı-ayrılıqda, öd kisəsi və öd yolları xəstəliklərinə qarşı istifadə edilir.

Məsələn, öd kisəsi xəstəliklərinə qarşı 1 çay qaşığı gəcəvərin doğranmış köklərini, 1 stəkan qaynar suya töküb, onu 20 dəqiqə

saxladıqdan sonra süzürlər və gündə 4 dəfə, hər dəfə, $\frac{1}{2}$ stəkan içirlər. Bu qayda ilə, yuxarıda adları çəkilən bütün bitkilərin dəmləməsini öd kisəsi xəstəliklərinə qarşı hazırlamaq olar.

Daha bir resept: - ürək ritminin pozulmasına qarşı, 2 çay qaşığı gülünbahar bitkisinin çiçəklərini, 2 stəkan qaynar suya töküüb dəmləyirlər və 1 saatdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Dəvədabanı, yarganotu, dolma yarpağı (*Tussilago* L.) - Мать и мачеха

Dəvədabanı - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Onun Avrasiyanın mülayim qurşağında, Şimali Afrika və Şimali Amerikada 1 növü (*T.farfara* L.) var.



Adi Dəvədabanı
(*Tussilago farfara* L.)

Azərbaycanda da dəvədabanının yabanı halda yalnız 1 növü - Adi dəvədabanı (*T.farfara* L.) bitir. Bu bitkiyə “ot anası”,

“ögeyana”, “yara otu”, “torpağın şahı”, “dolma yarpağı” da deyirlər.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən də adi dəvədabanı (*T.farfara* L.) növüdür. Onun kökümsov gövdəsi respublikanın qərb bölgəsindən (Gəncə, Hacıkənd ərazisindən) toplanmışdır.

Adi dəvədabanı yerlə sürünən çox güclü kök sisteminə malik bitkidir. Onun kök-ətrafı yarpaqları iri və uzun saplaqlı olur. Girdə-ürəkvari formada olan bu yarpaqların kənarları çox da nəzərə çarpmayan xırda dişli, alt hissəsi isə sıx ağ tüklərlə keçəvari örtülü olur. Hündürlüyü 10-20 sm olan, bu bitkinin gövdəsi qırmızı rəngli pulcuqlarla örtülü olur. Çiçək qrupu səbətşəkillidir. Qızılı-sarı rəngli çiçəkləri gövdələrin uc hissəsində yerləşir. Bu çiçək səbətinin kənarlarında dişli çiçəklər, ortasında isə boruşəkili ikicinsli çiçəklər yerləşir. Çiçək yatağı çılpəqdır. Onun silindrşəkili toxumcaları 3-4 sm uzunluğunda olur. Bu toxumcaların üzərində ağ rəngli kəkil olur ki, bu da onların yayılmasına kömək edir.

Adi dəvədabanı bitkisi mart-aprel aylarında çiçək açır, may-iyun aylarında isə meyvə verir.

Adi dəvədabanı daha çox Samur-Dəvəçi ovalığında, Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının ətəklərində, meşə kənarlarında, çay və yol kənarlarında, bağlarda, arxların kənarlarında, sulu döşlər və yarganlarda geniş yayılmışdır.

Xalq təbabətində bu bitkinin əsasən yarpaqlarından və çiçəklərindən istifadə edirlər. Məsələn, Azərbaycanda onun yarpaqlarından çox gözəl dolma bişirirlər.

Adi dəvədabanı bitkisinin yarpaqlarının tərkibində polisaxaridlər, aşı maddələri, karotinoidlər, 2,6% tussilyagin qlikozidi, 6-7% selik, 17% taninlər, 5,5 mq% C vitaminin olduğu müəyyən edilmişdir. Çiçəklərinin tərkibi isə steroid birləşmələrindən faradiol, arnidiol, siqmasterin, efir yağı, polisaxaridlər, inulin və dekstrin flavonoidi ilə çox zəngindir.

Adətən bu bitkinin yarpaqlarını yay aylarında, çiçəklərini isə aprel-may aylarında toplayırlar. Toplanmış çiçək və yarpaqları havası tez-tez dəyişilən yerdə, nazik qatlarla sərib qurudurlar.

B e c ə r i l m ə s i : Adi dəvədabanı soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə, torpaq rütubətliyinə və münbitliyinə qarşı, çox tələbkar bitkidir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən, adi dəvədabanı bitkisinin kökümsov gövdələri torpağın 15-20 sm dərinliyinə basdırılır. Bitkilər cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Onların cərgəarası məsafə 50 sm, bitkiarası isə 30 sm götürülmüşdür. Bitkilərin əkilməsi başa çatan kimi, sahə dərhal sulanmalıdır.

Adi dəvədabanı bitkisi 5-8 C° istilik şəraitində çox yaxşı inkişaf edir. Onu kökümsov gövdələr ilə artırılması daha məqsədə uyğundur.

İ s t i f a d ə s i : Dəvədabanı bitkisinin müalicəvi xüsusiyyətləri ilk dəfə qədim romalılar tərəfindən müəyyən edilmişdir. Dioskorid və Pliniy dəvədabanının yarpaqlarından aldıkları cövhərdən və tüstüsündən öskürəyə qarşı, Hippokrat isə ondan bəlgəmgətirici vasitə kimi istifadə etmişdir.

Hal-hazırda dəvədabanı bitkisindən həm bəlgəmgətirici, həm tərlədici, həm də yumşaldıcı dərman kimi istifadə edirlər. Eyni zamanda ondan ağciyər xəstəliklərində, bronxitdə, astmada, mədə, böyrək, qaraciyər, sidik kisəsi və s. xəstəliklərinin müalicəsində də geniş istifadə edilir.

Məsələn, elmi təbabətdə dəvədabanının qurudulmuş yarpaqlarını, çay kimi dəmləyib, soyuqdəymə nəticəsində baş verən tənəffüs yolları xəstəliklərinə qarşı sinə yumşaldıcı və bəlgəmgətirici dərman kimi qəbul edirlər. Bundan başqa, o, bronxitdə və ağciyər xəstəliklərində iltihabı aradan qaldıran dərman kimi içilir.

Bronxit və pnevmaniya xəstəliklərinə qarşı, qurudulmuş dəvədabanı bitkisinin çiçəklərindən, 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya töküb, yarım saat dəmlədikdən sonra, onu

süzüb, gündə 3-4 dəfə, yeməyin vaxtına 20 dəqiqə qalmış, 2 xörək qaşığı qəbul edirlər.

Tənəffüs yollarının kəskin və xroniki iltihabının müalicəsi zamanı, 20 q dəvədabanı yarpağı, 20 q sığırquyruğu çiçəyi, 20 q gülxətmi bitkisinin kökü, 20 q biyan kökü və kökümsovu, 20 q bənövşə kökü qarışığından, 2 çay qaşığı götürüb, onu üzərinə 200 ml su töküb dəmləyirlər. Sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir stəkan qəbul edirlər.

Ağciyərin iltihabı, bronxit, tənəffüs yolları xəstəlikləri zamanı dəvədabanı bitkisinin çiçəkləri və yarpağı, sıxçiçəkli sığırquyruğu çiçəkləri, qara gəndalaş bitkisinin çiçəkləri, cod xəndəkotu kökü, cökə bitkisinin çiçəkləri və sürünən ayırıq otunun kökümsovundan bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı qədər, bir stəkan suda dəmləyirlər, sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 ml içirlər.

Bronxial astma xəstəliyinə qarşı 1 hissə gəndalaş çiçəkləri, 1 hissə söyüd qabığı, 1 hissə dəvədabanı yarpağı və 2 hissə cirə götürüb, onları bir stəkan qaynar suda, 20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan içirlər. Ya da 4 çay qaşığı dəvədabanı yarpaqlarını, 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə içirlər.

Öskürəyə qarşı 1 hissə cirə, 1 hissə dəvədabanı, 2 hissə lələ ləçəkləri, 2 hissə zirənin yerüstü hissəsi, 2 hissə gülxətmi və 5 hissə şirinbiyan kökü götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan soyuq suda, 2 saat saxladıqdan sonra, onu 5-7 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan ilıq halda içirlər.

Daha bir resept fərqli tərkibdə: 1 hissə qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi, 2 hissə gülxətmi kökü və 2 hissə dəvədabanı yarpağı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suya töküb dəmləyirlər. 20 dəqiqədən sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Ağciyər vərəminə qarşı dəvədabanın təzə açmış çiçəklərinin ləçəklərindən toplayıb, onları şüşə bankaya lay-lay yığaraq, üzərinə şəkər tozu səpib, bir həftə qaranlıq yerdə saxladıqdan sonra, alınan cövhərin üzərinə 250 q bal töküb, qarışdırılır və gündə 3 dəfə, yeməyin vaxtına 30 dəqiqə qalmış, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edilir.

Qeyd etmək lazımdır ki, təbabətdə mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı, cirə, kəcəvər, pişikotu, qırxbuğum, andız, palıd, dazıotu, meşə çiyələyi, gülünbahar, gicitkən, firəng üzümü, soğan, sarımsaq, dəvədabanı, nanə, çaytikanı, zəncirotu, bağayarpağı, çobanyastığı, həmərsin və arpa bitkilərinin hər biri, həm ayrı-ayrılıqda, həm də birlikdə müxtəlif nisbətlərdə istifadə oluna bilər. Məsələn:

Mədə və bağırsaq soyuqdəymələrinə qarşı 2 xörək qaşığı təzə toplanmış adi dəvədabanı bitkisinin çiçəklərindən götürüb, onu 0,5 litr qaynamış suya töküb, 1 saat dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə qabaq 1/3 stəkan içirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı, 4 çay qaşığı dəvədabanı yarpaqlarını, 1 stəkan qaynar suda 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə ¼ stəkan içirlər.

Yaxud: 20 q dəvədabanı bitkisinin çiçəklərindən və 30 q yarpaqlarından götürüb, onu bir litr suda dəmləyib, böyrək və sidik kisəsi xəstəliklərinə qarşı, gündə 3-4 dəfə, onu qəbul edirlər. Və ya, dəvədabanının təzə yarpaqlarından hazırlanmış sıyığı, parça üzərinə yaxıb, onu irinli yerə qoyduqda, yara tez bir zamanda sağalır.

Saç tökülməsinin və başın dərisinin qopmasının qarşısını almaq üçün dəvədabanı və gicitkən yarpaqlarından bərabər miqdarda götürüb, onu bir stəkan suda qaynadırlar (bunu 2-3 litr də götürmək olar) və həftədə 3 dəfə, başı yuyurlar.

Revmatizmə qarşı 1 hissə qaraqımıq bitkisinin yaşıl kütləsi, 2 hissə dəvədabanı, 2 hissə qırmızı moruğun meyvəsi və 2 hissə gəndalaş çiçəkləri götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək

qaşığını, 2 stəkan qaynar suya töküb, onu 8-10 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə yarım stəkan içirlər.

Şahtərə (*Fumaria* L.) - Дымянка

Şahtərə - Şahtərəkimilər (*Fumariaceae*) fəsiləsinə aid birillik ot bitkisidir. Şimal yarımkürəsinin mülayim qurşağında Şahtərə cinsinin 40 növü var.



Dərman Şahtərə
(*Fumaria officinalis* L.)

Azərbaycanda şahtərə cinsinin yabanı halda 6 növü məlumdur. Onlardan yalnız 1 növü, dərman şahtərəsi (*F.officinalis* L.) mədəni halda becərilir. Respublika ərazisində yayılan bu növə, aptek şahtərəsi də deyilir. Onun köklü cavan bitkiləri 2009-2010-cu illərdə, respublikanın şimal-qərb bölgəsindən (Şəki ərazisindən) toplanmışdır. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dərman şahtərəsi 15-30 sm hündürlüyündə olan bitkidir. Onun gövdəsi şramlı, çox seyrək budaqlanandır.

Yarpaqlarının rəngi tünd-göydür. Onlar gövdə üzərində qarşı-qarşıya düzümlü, ikiqat lələkvari bölümlüdür.

Çiçəklərinin rəngi bənövşəyi və qırmızıdır. Onlar çox xırda olub, budaqların uc hissəsində, seyrək salxım əmələ gətirir. Çiçək atlığı uzunsov-xətvari, kasa yarpaqları uzunsov dişli örtüklüdür. Çiçək tacı tünd qırmızı rəngində olur. Meyvəsi yumru, yuxarı hissəsi içəri doğru batıqdır.

Şahtərə bitkisi aprel ayından başlayaraq, iyun ayına qədər çiçək açır, iyul-avqust aylarında isə meyvə verir. O, əsasən Samur-Dəvəçi, Kür-Araz ovalıqlarından başlayaraq, orta dağ qurşağına qədər, bütün ərazilərdə, necə bir efemer alaqlı otu kimi yayılmışdır.

Dərman bitkisi kimi şahtərənin kökündən, yarpaqlarından və çiçəklərindən istifadə edirlər. Onun yerüstü hissəsini toplayıb, havası tez-tez dəyişilən yerdə qurudurlar.

Şahtərə bitkisinin tərkibində 0,13% fumarin, kriptokarpin, aurotensin alkaloidləri, flavonoidlər, 2,9% aşı maddəsi, C vitamini, alma və limon turşuları, kumarin və qarton maddələrinin olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Şahtərə işıq intensivliyinə, suya və torpaq münbitliyinə qarşı çox tələbkər bitkidir. O, yumşaq torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Şahtərə həm də istiyə davamlı bitkidir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən şahtərənin köklü körpə bitkiləri Şəki ərazisindən toplanmışdır. Onun cərgəarası məsafə 30 sm, bitkiarası isə 20 sm saxlanılmışdır.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində dərman şahtərə bir çox xəstəliklərin müalicəsində çox mühüm rol oynayır. Ondən sidikqovucu, tərlədici, tonusartırıcı vasitə kimi istifadə edirlər. Ondən ağciyər və öd yolları xəstəliklərində, babasildə, qanazalmalarında, müxtəlif dəri xəstəliklərində və s. istifadə edirlər. O, daha çox iştahaçan və ürəyin fəaliyyətini möhkəmləndirən vasitə kimi işlənir. Bir çox ölkələrdə (xüsusilə

də, xristian ölkələrində) şahtərə bitkisindən hazırlanmış (alınmış) şirəni pivə ilə qarışdırıb, onu necə bir iştahaçan və ürəyin fəaliyyətini gücləndirən dərman kimi qəbul edirlər. Bunun üçün 20-25 q şahtərə bitkisinin şirəsini, 1 stəkan pivə ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə içirlər.

Babasil xəstəliyində də şahtərə bitkisindən alınmış şirəni pivə ilə qarışdırıb içirlər. Bu eyni zamanda, qanaxmanın dayanmasına kömək edir və ağır xəstəlikdən sonra, bədəni möhkəmləndirir.

Qaraciyər və öd xəstəliklərinə qarşı 20 q cücotu bitkisinin yerüstü hissəsi, 20 q i-otunun yerüstü hissəsi, 20 q şahtərənin yerüstü hissəsi, 20 q nanə yarpağı, 20 q gəcəvər bitkisinin kökümsovu, 20 q çayır bitkisinin kökümsovu və 20 q murdaça qabığı götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan, bir xörək qaşığı götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 150 ml içirlər.

Xalq təbabətində qaraciyər iltihabı xəstəliyinə və xolesistit xəstəliyinə qarşı şahtərə bitkisinin yerüstü hissəsini, ardıc meyvəsini, kasninin və zəncirotunun köklərini bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan, bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra, onu süzüb, səhər və axşam yeməkdən əvvəl bir stəkan içirlər.

Öd yollarının xəstəliyindən əziyyət çəkənlər şahtərə bitkisinin yerüstü hissəsini, qara gəndalaşın çiçəyini və kövrək mürdəşənin qabığını götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Həmin qarışıqda, bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra, onu süzüb, yatandan əvvəl, bir stəkan içirlər.

Dəridə əmələ gələn səpkilərə qarşı ən yaxşı əlac şahtərə şirəsini səpki olan yerlərə sürtməkdir.

Mədənin fəaliyyətini möhkəmləndirmək məqsədilə 10 q qurudulmuş şahtərəni, 0,5 litr pivə ilə qarışdırıb, onu 10 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu gün ərzində (gündə 3-4 dəfə) içirlər.

Sidik ifrazını gücləndirmək məqsədilə, 10 q şahtərəni, 10 q sarı həlilə ilə suda qaynadıb, alınmış maye stəkanla içilir. Bu necə bir sidikqovucu dərman kimi qəbul edilir.

Öd ifrazını artırmaq üçün şahtərənin yerüstü hissəsini suda qaynadıb, onun suyu stəkanla içilir.

Hipertoniya xəstəliyinə qarşı şahtərəni suda qaynadıb, onun suyunu içirlər. Bu, qan təzyiqinin normallaşmasına kömək edir.

Qaraciyərin fəaliyyətini gücləndirmək üçün şahtərənin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Baş gicəllənməsinə qarşı şahtərə ilə qarabaşaq bitkisini ayrı-ayrılıqda suda qaynadıb, sonra onların suyunu qarışdırıb, gündə 3 dəfə içirlər.

Yaxud: 10 q həlilə və 10 q şahtərənin yerüstü hissəsini götürüb, onalrı suda qaynadıb, suyunu içirlər.

Allergiyaya qarşı şahtərənin yerüstü hissəsini suda qaynadıb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam) onun suyunu stəkanla içirlər. Allergiya adətən qaraciyər fəaliyyətinin pozulması nəticəsində baş verir. Bu əlac həm də qanı təmizləyir və qaşınmanı aradan qaldırır.

Hərərətin normadan artıq olmasının qarşısını almaq üçün, şahtərəni suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içmək məsləhətdir.

Yaxud: - Qaşınmadan xilas olmaq üçün, şahtərə şirəsini hind xurmasının suyu ilə birlikdə içmək lazımdır.

- Şahtərə və həlilə bitkilərinin hər birindən 10 q götürüb, dəm çaynikində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə, 50 ml içirlər.

Küncüd (*Sesamum L.*) - Кунжут, Сезам

Küncüd, *S e z a m (Pedaliaceae)* fəsiləsinə aid olan bir və ya çoxillik ot bitkisidir. Vətəni Afrikadır. Tropik və subtropik

ölkələrdə onun 35 növü olsa da, onlardan yalnız 1 növün (*S.indicum* L.) istifadə olunduğu göstərilir.



Hindistan küncüdü
(*Sesamum indicum* L.)

Azərbaycanda bu bitkinin iki yarımnövü - Hindistan küncüdü (*S.indicum* L.) və şərq küncüdü (*S.orientale* L.) becərildiyi, 1942-ci ildə isə Azərbaycana küncüdün daha bir sortu (Daşkənd-122) gətirildiyi qeyd olunur.

Respublika ərazisində küncüd bitkisinin yalnız fərdi təsərrüfatlarda becərildiyinə rast gəlmək olar. İnstitutun təcrübə sahəsində küncüdün yalnız bir növü - *S.indicum* L. becərilir. Onun toxumları respublikanın müxtəlif bölgələrindən gətirilmişdir. Abşeron şəraitində bu bitkinin boyu 65-160 sm olur. O, mil kökə malikdir. Ana kök zəif inkişaf etdiyindən, kökboğazına yaxın hissəsi bir qədər yoğunlaşır, şaxələnir və aşağı doğru getdikcə nazilir. Gövdəsi dördüzlü, yaşıl rəngli, üzəri yumşaq tükcüklərlə örtülü olur. Budaqlanma əsasən gövdənin aşağı hissəsindən başlayır. Yarpaqları qarşı-qarşıya düzülən, lansetvari və ya uzunsov formada olur. Çiçəkləri iri qıf

formasında ağ və ya çəhrayı rəngdədir. Onlar ikicinsiyətlidir. Meyvəsi 4 meyvə yarpağından (kasa-yarpaqlarından) əmələ gələn, qismən uzunsov, yastı qutucucdur. Onlar çox qısa saplaqla gövdəyə və budaqlara söykənərək dik (şaquli) dayanırlar. Meyvəsi dördyuvalıdır. Toxumları yetişdikdən sonra qutucuc uzununa açılır. Toxumları qəhvəyi rəngdə olub, orta hesabla hər bir qutuda 50 toxum olur. Küncüd çarpaz tozlanan bitkidir. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən, küncüd bitkisinin bir kolunda 800-ə qədər qutucuc ola bilər. Lakin bizim təcrübə sahəsində becərilən qəhvəyi rəngli küncüd növünün kollarında tək-tək hallarda 530-550 qutucuc olduğu müəyyən edilmişdir. Bu bizim 2009-cu ilə qədər olan təcrübələrimizin nəticəsidir.

Lakin son üç ildə (2009-2011-ci illərdə) Təbrizdən gətirilən qara küncüd (*S.indicum* L.) növü, həmişə Azərbaycanda əkilən qəhvəyi rəngli (*S.indicum* L.) növündən kolunun formasına, boyuna və məhsuldarlığın görə fərqlənir.

Son üç ildə, bizim təcrübə sahəsində becərilən qara küncüd növünün hər bir kolundan, orta hesabla 1050-1350 qutucuc toplanmışdır.

Küncüd iyun-iyul aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə toxum verir. 1000 toxumunun kütləsi 3,4 qramdır. Onların cücərmə qabiliyyətini saxlaması 3-4 ildir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən küncüd bitkisinin toxumlarının tərkibində 45,8% yağ olduğu müəyyən edilmişdir. Ədəbiyyat məlumatlarında küncüdün tərkibində 50-65% yağ olduğu göstərilir. Ən yaxşı küncüd formasından alınan yağ, öz keyfiyyətinə görə zeytun yağından geri qalmır. Yağ təmizləndikdən sonra küləş rəngində - açıq-sarı rəngli olur. Küncüd yağı iysizdir, xoş tamı var. Tərkibində 4-6% stearin, 7-8% palmitin, təqribən 0,1%-ə qədər araxin, 35-48% olein, 37-48% linol, 0,5%-ə qədər heksadessen turşuları var. Bundan başqa, küncüd toxumunun tərkibində 22% zülal maddələri, 5% suda həll olan karbohidratlar, C vitamini, B vitamini (5 mq %), 6,2% kül var. Küncüd yağının tərkibində T amili (faktoru) qanda

trombositlərin sayının artması hesabına qanın yığılmasını sürətləndirir. Onun yağının tərkibi bir sıra fenolabenzər maddələrlə də zəngindir. Küncüd yağı ilə uşaqlarda Velqof (müxtəlif diatez) xəstəliklərini müalicə edirlər. Bu yağ mazların, yağlı emulsiyaların, pastaların alınmasında işlədilir.

Küncüd yağından yeyinti, qənnadı, konserv və marqarin sənayesində, həmçinin balıq konservlərinin, xüsusilə də şprotun hazırlanmasında, sabun bişirmə sənayesində və s. istifadə edilir. Təmizlənməmiş küncüd yağı yandırıldıqda kosmetikada istifadə olunan yüksək keyfiyyətli tuş alınır. Bundan başqa, bu bitkinin tullantılarından jıx hazırlayırlar ki, bu da heyvandarlığın inkişafında mühüm rol oynayır.

B e c ə r i l m ə s i: Küncüd istisevən bitkidir. O, yumşaq, çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir.

Küncüd bitkisinin becərilməsi tərəvəz bitkilərində olduğu kimidir. Küncüd əkilən ləklər aprel ayında hazırlanır və ləklərə üzvi gübrə verilir. Yalnız bundan sonra səpin işləri aparılır. Lakin tərəvəz bitkisindən fərqli olaraq, küncüd bitkilərinin gövdəsi daha çox kövrək olduğundan, bitkilərin dibi tez-tez (vegetasiya dövrü ən azı 4-6 dəfə) doldurulması tələb olunur. Səpin əksər hallarda aprel ayının 10-dan 20-nə qədər aparılır. Toxumları tez cücərən bitkidir. Onlar qara və qəhvəyi rəngdə olur. Cərgəarası 60-80 sm, bitkiarası 40-45 sm saxlanır. Bitkilərdə seyrəltmə aparılarkən, kökü yaxşı inkişaf etmiş bitkilərdən şitil kimi istifadə edilir.

İ s t i f a d ə s i: Küncüd çox qiymətli bitkidir. Onun yağı yeyinti, qənnadı, konserv və sabun bişirmə sənayesində istifadə edilir. Onun yağı ilə uşaqlarda Velqof xəstəliklərini müalicə edirlər. O, eyni zamanda bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də sinir sistemi fəaliyyətinin gücləndirilməsində, müxtəlif böyrək xəstəliklərində çox mühüm rol oynayır. Küncüddən revmatizmə, öskürəyə və müxtəlif baş ağrılarına qarşı istifadə edilir.

Məsələn, baş ağrılarına qarşı kifayət qədər küncüd, sirkə və gül suyu götürüb, onlardan sıyıq hazırlayıb başa bağlayırlar.

Sidik kisəsinin iltihabına qarşı çox küncüd və küncüdlü qidalar, xüsusən də çox küncüd halvası yemək lazımdır.

Əzələlərin qıc olmasının qarşısını almaq üçün gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir desert qaşığı qədər küncüd yağı qəbul etməli. Əlavə olaraq küncüdü əzib, onu sıyıq halında əzələlərə sürtməli və ya gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir desert qaşığı küncüd yağı qəbul etməli.

Zökəmə qarşı gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir çay qaşığı küncüd yeməli.

Sinir sistemi fəaliyyətinin zəifliyinə qarşı hər səhər, bir desert qaşığı küncüd yağı içməli və həmin yağ ilə əzələləri masaj etməli.

Cinsi fəallığın artırılması üçün, küncüdün kökünü suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə bir desert qaşığı qəbul etməli.

Şəkər xəstəliyinə qarşı 5 q əzvey və 10 q küncüd götürüb, əvvəl onları əzib toz halına salırlar, sonra onu hər səhər, bir desert qaşığı qəbul edirlər.

Böyrək xəstəliklərinə qarşı istənilən qədər küncüd götürüb, onu əzib su ilə qarışdırırlar və gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml qəbul edirlər.

Aybaşı (menstruasiya) qanaxmasının tənzimlənməsi üçün küncüdü suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Yaxud: - Küncüd bitkisinin kökünü suda qaynadıb, onun suyuna şəkər əlavə edib, gündə 3 dəfə içirlər.

Ana südünün qədərincə olması üçün küncüdü əzib, onu üzüm doşabı ilə yemək məsləhətdir. Əzilmiş küncüdlə qidalanan anaların südü bol olur.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7	Adi kəşni, cırtdanquş <i>Cichorium intybus</i> L.	13 köklü	-	80x40	14. VI	16. VI	24.IX-163	-	-	-
8	Adi çaytikanı <i>Hippophae rhamnoides</i> L.	-	-	-	27. III	18. VI	06.X-193	-	+	-
9	Beşyuvalı yemişən <i>Crataegus pentagyna</i> W.et.ok	-	-	-	17. V	19. IX	06.X-142	-	+	-
10	Ağ dalmaz <i>Lamium album</i> L.	15. IV köklü	-	30x30	16. V	24. VII	6.VIII-113	-	0,3- 0,5	-
11	Qıvrım kətan, zəyərek <i>Linum humile</i> Mill.	14. IV	22. IV	30x10	24. VI	20. VII	30.VII- 101	5,3	-	32,7
12	Dərman gülümbahar <i>Calendula officinalis</i> L.	16. IV köklü	-	30x20	13. VI	13. IX	09.X-176	-	0,02	-
13	Adi dəvədabanı <i>Tussilago farfara</i> L.	03. IV köklü	-	30x20	07. V	11.VI	28.VI-86	-	+	-
14	Dərman şahtərəsi <i>Fumaria officinalis</i> L.	22. IV Köklü	-	30x20	28. IV	13. VI	30.VII- 17.VIII - 117	-	-	-
15	Hindistan küncüdü <i>Sesamum indicum</i> L.	16. IV	22. IV	60x40	23. VI	12. VII	29.IX-165	3,5	-	45,8

Öskürəyə qarşı, baldırğanın yaşıl kütləsi (bir dəstə), gəlincik çiçəyi (bir dəstə), 30 q çəyirdəksiz üzüm, 10 q biyan kökü, 10 q küncüd toxumu, 15 ədəd innab, 15 q findıq qabığı və 15 q xaşxaş qabığı götürüb, onları kifayət qədər suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, ora nabat şəkəri əlavə edirlər və şərbət qutarana qədər onu qəbul edirlər.

Dəmrova qarşı küncüdün kökünü suda qaynadıb, onun suyu ilə yaraları yuyurlar.

Əgər bir müddət 25 q küncüd toxumu balla yeyilərsə, o insanı kökəldir, səsi gözəlləşdirir, başgicəlləmələrini aradan qaldırır.

Əgər bir müddət toz halına salınmış küncüd qəbul edilməsi, böyrək xəstələri üçün yaxşı vasitədir.

Əməköməci (*Malva L.*) - Просвирник

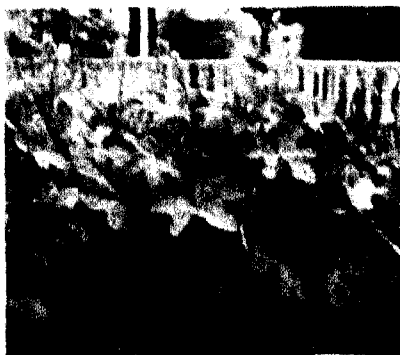
Əməköməci - Əməköməcilər (*Malvaceae*) fəsiləsinə aid bir, iki və ya çoxillik ot bitkisi. Onun Şimal yarımkürəsində 40-a qədər növü məlumdur.

Azərbaycanda əməköməci (*Malva L.*) cinsinin 10 növü var. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən meşə əməköməcisinin (*M.sylvestris L.*) bu növünün boyu 65-100 sm-dir. Gövdəsi dikduran, zəif budaqlanandır. Onun tünd yaşıl rəngli yarpaqları ya tamkənarlı və ya dilimli olur. Onlar uzun saplaqlıdırlar. İri, əlvan çiçəkləri yarpaqların qoltuğunda yerləşir. Belə çiçəklər çox sıx, lakin dəstə ilə gövdə üzərində yerləşirlər. Meyvəsi çoxtoxumludur.

Meşə əməköməci bitkisi may-iyun aylarında çiçək açır, iyul-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Meşə əməköməcisinə respublikanın demək olar ki, bütün ərazilərində, xüsusilə də onlara əkin sahələrində, bağlarda, bostanlarda və yol kənarlarında rast gəlmək olar.

Dərman bitkisi kimi, əsasən onun yarpaqlarından və çiçəklərindən istifadə edirlər. Adətən onun yarpaq və çiçəklərini yay aylarında toplayırlar. Toplanmış material isə kölgə yerdə qurudulur.



Meşə əməköməci
(*Malva sylvestris* L.)

Əməköməci bitkisinin tərkibində müalicəvi əhəmiyyətə malik yapışqana bənzər maddənin olduğu müəyyən edilmişdir. Bundan başqa onun yarpaqlarının tərkibində C vitamini və karotin, çiçəklərinin tərkibində isə, daha çox şərəbçilikdə işlədilən rəng olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Meşə əməköməci (*M.sylvestris* L.) növü işıq intensivliyinə az, torpaq münbitliyinə və peyinə çox tələbkar bitkidir. O, münbit torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Onun toxumları aprel ayında səpilir. Toxumları əksər hallarda səpindən 10-16 gün sonra cücərir. Suyə çox tələbkar bitkidir.

Meşə əməköməcisinin cərgəarası məsafə 50 sm, bitkiarası isə 50 sm götürülmüşdür. Toxum cücərəndən 60-65 gün sonra bitkilər çiçək açır, 120-130 gündən sonra isə meyvə verir.

İ s t i f a d ə s i : Xəlf təbabətində əməköməci bitkisi həm tərəvəz bitkisi kimi, həm də dərman bitkisi kimi istifadə olunur.

Məsələn, onun yaşıl kütləsindən çox dadlı göyərti şorbası və qutab bişirirlər. Bundan başqa onun çiçəklərindən, yun parçaların boyanmasında və şərəbçilikdə istifadə olunan rəng alırlar. Xalq təbabətində meşə əməköməci necə bir dərman bitkisi kimi, daha çox iltihaba qarşı işləyir.

Eyni zamanda, əməköməci bitkisindən sidik kisəsində quma qarşı bronxların sekresiyasında, öskürəkdə, badamcıqların iltihabında və s. istifadə edilir. Məsələn, 2 çay qaşığı doğranmış əməköməci bitkisinin yarpaqlarını, bir stəkan soyuq suya töküüb, onu 3-5 saat suda saxladıqdan sonra, süzüb gün ərzində, qurtum-qurtum içirlər.

Daha bir resept 5-10 q doğranmış çiçəkləri bir stəkan qaynar suya töküüb, 10 dəqiqə isti suda saxladıqdan sonra, onu isti-isti, gündə 3-5 dəfəmə içirlər.

Ağız boşluğunun iltihabına qarşı - 10 q qurudulmuş çiçəklərdən götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onunla hər 2 saatdan bir, ağız boşluğunu qarqara edirlər.

Sidik kisəsində quma qarşı - əməköməcinin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyuna bir qədər kərə yağ və bal əlavə edib, gündə 3 dəfə, suyunu stəkanla içirlər.

Daha bir resept: - Əməköməcinin yaşıl kütləsini suda bişirib, sonra ona bir qədər kərə yağ və bal əlavə edib, ağrılar (sancılar) başlayanda, mayedən hər 2-3 saatdan bir, hər dəfə 100 ml içirlər.

Sidik kisəsinin iltihabına qarşı əməköməci bitkisinin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Böyrək-sidik kisəsi iltihabına qarşı - 10 q zəyərək toxumu, 50 q əməköməci və 5 q xaşxaş qozası götürüb, əvvəl onları kifayət qədər suda qaynadıb, sonra onların suyunu stəkanla içirlər.

Böyrək xəstəliklərinə qarşı əməköməci bitkisinin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

İltihaba qarşı əvvəl əməköməcinin toxumu suda qaynadılır, sonra onun suyuna şəkər əlavə olunaraq şərbət hazırlayırlar, gündə 3-5 dəfə həmin şərbətdən içirlər.

Tənəffüs yolları xəstəliklərinə qarşı - 10 q sığırquyruğu çiçəyi, 10 q meşə əməkəməci çiçəyi, 10 q bəlgəmotu yarpağı, 10 q dəvəabanı yarpağı, 10 q kəklikotu, 5 q zirə toxumu, 10 q gülxətmi kökü və 25 q biyan kökü götürüb, qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir çay qaşığı qədər götürüb, onun üzərinə 200 ml su töküüb, ondan isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə, 50-60 ml qəbul edirlər.

Bronxit xəstəliklərinə qarşı - 20 q meşə əməkəməci yarpaqları, 20 q sürvə yarpağı, 20 q bağayarpağı, 30 q qara gəndalaş çiçəyi və 20 q zirə toxumu götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 400 ml qaynar su töküüb, isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Öskürəyə qarşı - 10 q gülxətmi çiçəyi, 10 q əməkəməci çiçəyi və 10 q sığırquyruğu bitkisinin çiçəyi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir çay qaşığının üzərinə 200 ml qaynar su töküüb, çay kimi dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gün ərzində 2-3 dəfə stəkanla içirlər.

Zökəmə qarşı 50 q əməkəməci və 50 q bənövşə götürüb, onu 300 ml suda qaynadıb, suyunu bir dəfəyə içirlər.

Yoğun bağırsağın iltihabı - kolitə qarşı əməkəməci bitkisini suda bişirib yeyirlər.

Yanığa qarşı əməkəməcinin yarpaqları ilə zeytun yağının qarışığından məlhəm hazırlayıb, onu yanıq olan yerlərə sürtürlər.

Həmərsin, itburnu (*Rosa* L.) - Роза, шиповник

Həmərsin - Gülçiçəklilər (*Rosaceae* L.) fəsiləsinə aid kol və ya yarımkol bitkisidir.

Şimal yarımkürəsinin mülayim subtropik və tropik qurşağında onun 350-400, bəzi mənbələrə görə 250, hətta 550-600 növü var.

Azərbaycanda həmərsinin 42 növü var. Onlardan 6 növü mədəni halda becərilir.

Bizim yerüstü sərvətimiz olan bu ana torpaq o qədər zəngin və gözəldir ki, onu sözlə ifadə etmək belə, mümkün deyil. Onu gərək gedib öz gözlərinlə görəsən. Təəssüflər olsun ki, biz onu getdikcə daha çox eybəcərləşdiririk, itiririk, adlarını dəyişib layiqsiz, həqiqətə uyğun olmayan adlar qoyuruq. Məsələn, cəvizə-qoz, gülbəsarə-xiyar, həmərsinə-itburnu və daha nələr-nələr.



Həmərsin, İtburnu
(*Rosa* L.)

Adamdan soruşarlar, bu qiymətli dərman bitkisinin “itburnu” adı haradan götürülüb? Nəyə görə ona bu adı veriblər? Əgər desəniz ki, bu ad bizim dilimizdən gəlir, yalandır. Əgər desəniz ki, millətin əksəriyyəti belə deyir, o da yalandır. Heç bir vaxt, heç bir yerdə o, ləyaqətsiz ad işləməyib. O ki, qaldı millətin əksəriyyətinə: - 30 milyonlu Cənubi Azərbaycanda, Naxçıvanda, qərbi Azərbaycanda o, bitki həmərsin kimi tanınır. O, bitkiyə latınca **Rosa**, rus dilində isə, ona həm **roza**, həm də **şipovnik** deyirlər. Adamdan soruşarlar, bəs bu “**sobaçi nos**” mənası verən “**itburnu**” adını siz haradan götürmüsünüz?

Bizə elə gəlir ki, həmərsinin bir növü latınca *Rosa cana* (it gülü) adlanır, lakin bu, o deməkdirmi ki, 42 növ həmərsinin hamısını “itburnu” deysin. Yaxşı olar ki, ona nə “itburnu”, nə “quşburnu” (meyvənin uc hissəsinin oxşayışına görə) yox, elə “həmərsin” deysin.

Həmərsin (*Rosa L.*) cinsi 20-35 sm-dən, 4-6 m hündürlüyünə qədər olan kol və ya liana (sarmaşan, dırmaşan) bitkidir.

Belə bitkilər çox uzun və dırmaşan cavan budaqlara malik olur. Onların gövdələrinin üzərində yerləşən yarpaqların kənarları qismən kəsik, sayı isə 5-dən 7-ə qədərdir. Onlar tərsyumurta şəkillidir. Çiçəklərinin əksəriyyəti piramida şəkillidir. Bu çiçəklər çox xırda, ağ və ya açıq-sarı və digər rənglərdə olur. Kasa yarpaqları ləçəklərdən qısa, səthləri isə hamardır. Meyvəsi xırda, şarşəkilli və ya yumurtavari, rəngləri qırmızıdır. Adətən belə bitki növləri əksər hallarda bağlarda və bağçalarda əkilir və becərilir.

Həmərsin aprel-may aylarında çiçək açır, avqust-oktyabr aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycan ərazisində həmərsin bitkisinin əksər növləri dağ və dağətəyi yerlərində daha geniş yayılmışdır. Onların ən çox yayılan “Nizami”, “Dəriyarpaq”, “Azərbaycan”, “Mandenova”, “Sosnovski”, “itdişi” və s. növləridir. Həmərsin bitkisinin bir çox növləri mədəni halda bağlarda və bağçalarda əkilir və becərilir.

İ s t i f a d ə s i : Həmərsin öz müxtəlifliyi ilə insanların tələbatını ödəyən çox qiymətli və əhəmiyyətli bitkidir. Həmərsin insanların həyatında oynadığı rol isə çox müxtəlifdir. O, insanlar üçün həm həyat, həm də əsil xammal mənbəyidir.

Həmərsinin müalicəvi əhəmiyyəti haqda məlumatlar, hələ XVI-XVII əsrlərdən məlumdur. Həmərsin C vitaminin miqdarına görə, bütün bitkilərdən, hətta çılpaq toxumlulardan 60-70 dəfə üstündür və əsil xammaldır. Onun meyvələrindən hazırlanan C, E, P, K, B₂ vitaminləri, eyni zamanda cövhər və şirələr orqanizmdə vitamin çatışmazlığı zamanı istifadə edilir. Onun yağlı ekstraktı trofik yara və bir çox dəri xəstəliklərinə qarşı

işlədilir. Onun qatılaşdırılmış ekstraktından da dərmanlar hazırlayırlar.

Müasir təbabətdə C vitamini müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində ən çox istifadə olunur. Məsələn, xalq təbabətində ondan qanazlığı, qaraciyər, böyrək və əsəb xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edirlər. Həmərsin həm də vərəm və yoluxucu xəstəliklərin müalicəsində istifadə olunur. O, eyni zamanda tənəffüs yollarının bəlgəmdən təmizlənməsində işlədilir. Məsələn, 10-15 q həmərsin meyvəsini suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, o, sinənin bəlgəmdən təmizlənməsinə səbəb olar.

Hipertoniya xəstəliyinə qarşı 15 q həmərsin bitkisinin meyvəsi, 10 q cəviz (qoz) ağacının yarpağı, 10 q nanə yarpağı, 10 q yerkökü və 10 q sənə bitkisinin yarpağını götürüb qarışdırılır, bu qarışıqdan 2-3 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suya töküb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər. Bu qan təzyiqinin azalmasına çox kömək edir.

Yaxud: - 15 q həmərsin meyvəsi, 15 q eleyterokok kökü, yerdə qalan (bataqlıq quruotu, cəviz ağacı yarpağı, nanə yarpağı, yerkökü, sənə yarpağı və böyrəkotu yarpağı) bitkilərinin hər birindən 10 q götürüb, əvvəl onları əzib, sonra qarışdırırlar. Qarışıqdan 2-3 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suya töküb dəmləyirlər və gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Həmərsin həm də mədə-bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində (gəcəvər, cirə, pişikotu, qırxbuğum, andız, daziotu, palıd, meşə çiyləyi, gülünbahar, gicitkən, həmərsin, firəng üzümü, soğan, sarımsaq, dəvədabanı, nanə, çaytikanı, zəncirotu, bağayarpağı, çobanyastığı və s. bitkilərlə birlikdə) istifadə olunur.

Məsələn, mədə-bağırsaq xəstəliklərinə və gastridə qarşı - 3 hissə həmərsin, 1 hissə çobanyastığı çiçəyi, 1 hissə qatırquyruğu, 1 hissə yovşan, 2 hissə şüyüd, 3 hissə daziotu və 4 hissə boymadərən çiçəyi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu 0,5 litr qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl, 200-250 ml içməli.

Mədə və 12-barmaq bağırsağ xorasına qarşı - ən çox bağayarpağı, meşə çiyələyi, qırxbuğum, baş kələm, kartof, çaytikanı, yasəmən, sürvə, qarağat, boymadərən və həmərsin bitkilərindən istifadə edirlər. Bunların hər birini, həm çay kimi dəmləyib içilir, həm də (kartof, baş kələm və bir çox bitkilər kimi) yeyilir.

Elmi təbabətdə öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı - kəcəvər, qırxbuğum, qaraqınıq, daziotu, gülünbahar, gicitkən, qarğıdalı, zəncirotu, bağayarpağı, boymadərən, sürvə, həmərsin bitkilərindən istifadə olunması qəbul edilmişdir.

O cümlədən mədə xorası və qastritə qarşı 3 hissə əzilmiş həmərsin meyvələri, 1 hissə çobanyastığı çiçəkləri, 1 hissə ağgül, 1 hissə qatırquyruğu, 2 hissə yovşan, 3 hissə şüyüd, 4 hissə daziotu və 7 hissə boymadərən çiçəklərindən 1 xörək qaşığı qədər, 0,5 litr qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl $\frac{1}{2}$ stəkan içilir.

Sakit və sağlam olmaq üçün 100 q həmərsin çiçəklərinə, kifayət qədər şəkər tozu qatıb, onu mürəbbə kimi, gündə 20 q yeməli.

Müxtəlif dəri xəstəliklərinə qarşı həmərsinin meyvələrindən hazırlanmış ekstrakt, toxumlarından isə alınan yağ, bir sıra dəri xəstəliklərinin (trofik xoralar, ekzemalar, dermatitlər, döş gilələrinin çatlağı, yanıqlar və s.) müalicəsində işlədilir.

Boğaz iltihabına qarşı həmərsinin çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyu ilə qarqara edilir.

Badamcıqların iltihabına qarşı həmərsinin çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyunu içmək lazımdır.

Öd yolları və öd kisəsi iltihabına qarşı - 2 hissə gicitkən yarpağı, 2 hissə həmərsin meyvəsi və 1 hissə qırxbuğumun yaşıl kütləsini götürüb, əvvəl onlar doğranılır, sonra əzilib qarışdırılır. Qarışıqdan 3 xörək qaşığı götürüb, onu 0,75 litr qaynar suda, 2-3 saat termosda dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, yeməkdən 20 dəqiqə əvvəl qəbul edirlər. Bu müalicə uzun müddətlidir. Onu 1-2 il davam etdirmək lazımdır. Müalicə dövründə 8 həftədən sonra, 10 gün fasilə verilir.

Xolesistit və hepatit xəstəliklərinə qarşı həmərsinin şirəsinə şəkər qatıb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edilir. Uşaqlara bunu gündə 2-3 dəfə, ¼ çay qaşığı qədər verirlər.

Qaraciyər və öd kisəsinin xəstəliklərinə qarşı 3 hissə əzilmiş həmərsin meyvəsi, 3 hissə zəncirotu kökü, 3 hissə qarğıdalı saçağı, 3 hissə qatırquyruğu, 4 hissə qarabaşaqotu, 2 hissə solmazçiçək bitkisi, 2 hissə ağ qızılgül ləçəyi, 2 hissə meşə çiyləyi, 2 hissə çobanyastığı çiçəyi, 1 hissə ardıc meyvəsi, 1 hissə ağcaqayın yarpağı və 1 hissə şüyüd toxumu götürüb, əvvəl onlar doğranır, sonra qarışdırılır. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu 0,5 litr qaynar suda bir qədər saxlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yeməkdən 10-25 dəqiqə əvvəl 150 q içirlər.

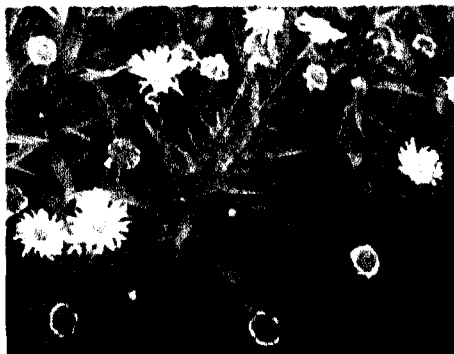
Əlbəttə həmərsin tərkibindəki C vitamininin miqdarına görə əvəzolunmaz bitkidir. Əgər onun meyvələri və çiçəkləri çay kimi dəmlənib içilərsə, onun müalicəvi əhəmiyyəti çox böyükdür. Həmərsinin ləçəklərindən bişirilmiş mürəbbədən, hər gün 10 q yeyilsə, bədən həmişə gümrah olar.

Çobanyastığı, birə otu (Mollabaşı) - (*Matricaria* L.) - Ромашка

Çobanyastığı - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid birillik ot bitkisidir. Bu cinsin Avropa, Asiya və Afrikada 50-ə qədər növü yayılmışdır. Azərbaycanda çobanyastığının yabanı halda 2 növü var. Onlardan yalnız Adi çobanyastığı (*M.chamomillae* L.) növü institutun təcrübə sahəsində becərilir. Bu bitkinin kökümsov gövdələri 2010-cu ildə Şəki ərazisindən toplanmışdır.

Adi çobanyastığı bitkisinin hündürlüyü 20-45 sm, tək-tək hallarda 60 sm-ə çatır. Gövdəsi çılpaq, dikduran, əsasən yuxarıdan budaqlanıandır. Yarpaqları ikiqat-üçqat lələkvari bölümlüdür.

Onlar gövdə üzərində növbə ilə düzümlüdür. Çiçəkləri gövdənin uc hissəsində tək-tək yerləşir. Bu çiçək səbətinin kənar çiçəklərinin rəngi ağ, ortada yerləşən çiçəklərinin rəngi isə sarı olur. Onlar formalarına görə bir-birindən fərqlənir. Belə ki, çiçək səbətinin kənarlarında yerləşən çiçəklər dilşəkilli, orta hissəsində yerləşən çiçəklər isə boruşəkillidir. Meyvəsi toxumcadır. Onlar qismən silindrşəkillidir.



Adi çobanyastığı
(*Matricaria chamomillae* L.)

Adi çobanyastığı bitkisi iyun-iyul aylarında çiçək açır, iyul-avqust aylarında isə toxumu yetişir.

Çobanyastığı bitkisinə demək olar ki, respublikanın bütün bölgələrdə, xüsusilə də dağ və dağətəyi ərazilərdə, Kür-Araz ovalığında daha çox rast gəlinir.

İstər rəsmi tibbdə, istərsə də xalq təbabətinin bir çox sahələrində, müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində adi çobanyastığı bitkisinin çiçəklərindən istifadə edilir. Adətən onun toplanmış çiçəklərini havası tez-tez dəyişən yerlərdə sərib qurudurlar. Onun çiçəklərinin tərkibində 0,5%-ə qədər efir yağı, sitosterin, xolin, flavanoidlər, qlikozidlər, izovalerian turşusu və s. olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ər i l m ə s i : İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən adi çobanyastığı (adi mollabaşı) bitkisi işıq intensivliyinə, torpaq

münbitliyinə və peyinə çox tələbkər bitkidir. O, qumsal, gillicə və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. O, istiyə davamlı, suya isə çox tələbkərdir. Onun kökümsovları 6-10 C°-də cücərir. Adi çobanyastığı körpə bitkiləri kökümsovları cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Onun cərgəarası məsafə 30 sm, bitkiarası isə 10-20 sm götürülmüşdür.

İstifadəsi: Xalq təbabətində adi çobanyastığı bitkisinin çiçəklərindən bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də revmatizm xəstəliklərində, mədə-bağırsaq və qaraciyər xəstəliklərində daha çox istifadə edirlər. Məsələn, 200 q çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini, 10 litr suya töküb (ora bir qədər xörək duzu əlavə edib) qaynadırlar. Sonra onunla əl və ayaqlarda əmələ gəlmiş, müxtəlif şiş yerlərini vanna edirlər.

Daha başqa bir tərkib: Çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini, qara gəndalaş bitkisinin çiçəkləri ilə qarışdırıb, üzərinə bir qədər qaynamış su töküb, onu od üzərinə qoyub qaynadırlar. Azacıq soyuduqdan sonra, onu kisə və ya torbaya doldurub, ağrıyan yerlərə qoyurlar.

Baş ağrılarına qarşı çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini çay kimi dəmləyib içdikdə, baş ağrısına müalicəvi təsir göstərir.

Boğaz ağrılarına qarşı adi çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini dəmləyib, onunla müxtəlif boğaz ağrılarını qarqara edirlər.

Mədə spazmasına qarşı çobanyastığı çiçəklərini, bədrənc bitkisinin çiçəkləri ilə bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Sonra onu dəmləyib, gündə 3 dəfə suyunu içirlər.

Qastrit, mədə xorasına qarşı 2 q zirə, 2 q dəfnə toxumu və 2 q çobanyastığı götürüb, əvvəl onlar əzilib toz halına salınır, sonra qarışdırılır. Qarışıqdan gündə 3 dəfə, hər dəfə, 1 çay qaşığı götürüb, onu 10-15 ml su ilə içməli.

Qastritə qarşı - 10 q çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyu gündə 3 dəfə, stəkanla (çay kimi) içməli.

Mədə-bağırsaqda əmələ gələn köpə qarşı çobanyastığı bitkisinin çiçəklərindən, daziotu bitkisindən, isitməotundan, nanə

yarpağından və ardıc bitkisinin meyvəsindən bərabər miqdarda götürüb, qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan 4 xörək qaşığı götürüb, onu bir litr suda, 10 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə içirlər.

Qaraciyər serrozuna qarşı 5 q yovşan, 5 q çobanyastığı, 5 q ayrıqotu, 5 q zirə, 5 q razyana, 5 q kasni, 5 q bağ sarmaşığı, 5 q cirə və 5 q kərəviz toxumu götürüb qarışdırırlar. Sonra onları suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, hər səhər, acqarına istənilən qədər içirlər.

Qaraciyər və öd yolları xəstəliklərinə qarşı çobanyastığı çiçəklərindən, biyan bitkisinin kökündən, daziotu bitkisinin yerüstü hissəsindən və nanənin yerüstü hissəsindən bərabər miqdarda götürüb bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə, hər dəfə bir stəkan yeməkdən əvvəl içirlər.

Maddələr mübadiləsinin tənzimlənməsi məqsədilə çobanyastığının, gəndalaşın və cökə bitkilərinin çiçəklərindən, bədrəncin və nanənin yarpaqlarından bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər, soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam) hər dəfə, 50-60 ml içirlər.

Əsəb sistemini sakitləşdirmək və yuxusuzluğu aradan qaldırmaq məqsədilə adi çobanyastığı bitkisinin çiçəklərindən, nanə bitkisinin yarpaqlarından, pişikotu bitkisinin kökündən, zirə bitkisinin toxumlarından bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar və həmin qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, üstünə bir stəkan qaynar su töküb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml qəbul edirlər.

Organizmdə turşuluğun azalması ilə müşahidə olunan mədə və bağırsaq yaralarına qarşı 10 q böyük bağayarpağı bitkisinin yarpağı, 10 q acı yovşan, 10 q nanə yarpağı, 10 q çobanyastığı bitkisinin çiçəyi, 10 q gülünbaharı bitkisinin çiçəyi, 10 q daziotu, 10 q gəcəvər bitkisinin kökümsovu, 10 q sürvə yarpağı və 10 q zəncirotu bitkisinin kökünü götürülüb, onları bir-birilə

qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 80-100 ml isti-isti (isti halda) içirlər.

Ekzema və neyrodemitə qarşı 10 q gicitkən yarpağı, 10 q adi qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi, 15 q yatıq qanqalın yerüstü hissəsi, 10 q üçrəngli bənövşənin yerüstü hissəsi, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q kəklikotu, 10 q çöl qatırquyuğu, 15 q pişikotu bitkisinin kökü və 10 q biyan kökü qarışığından, 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 50-70 ml qəbul edirlər.

Soyuqdəyməyə qarşı, 30 q cökə bitkisinin çiçəyi, 30 q çobanyastığı çiçəyi, 20 q qara gəndəlaş bitkisinin çiçəyi, 20 q qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi və 20 q böyük bağayarpağı bitkisinin yarpağını götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynamış su töküb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gün ərzində, bir neçə dəfə, onu stəkanla içirlər.

Aybaşı (menstruasiya) qanaxmasının tənzimlənməsi məqsədilə, 10-15 q çobanyastığı çiçəklərini suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, onun suyunu stəkanla içirlər.

Əgər çörəkotu (əkin qara çörəkotu) bitkisinin toxumunu balla yeyib, üstündən çobanyastığı bitkisinin suyu içilərsə, aybaşısı az olanlarda və ya heç olmayanlarda vəziyyət tamamilə normallaşır.

Çobanyastığı çiçəklərini suda qaynadıb, soyuduqdan sonra, onu süzüb, suyunu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, 100 ml içirlər.

Sidik kisəsinin və sidik yollarının xəstəliklərinə qarşı 5 hissə cirə, 5 hissə cəfəri, 1,5 hissə çobanyastığı, 1,5 hissə ardıc meyvəsi və 1,5 hissə zəncirotu kökü götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya töküb, onu 10-15 dəqiqə zəif od üzərində qaynadıb, soyuduqdan sonra, onu süzüb səhər və axşam 1 stəkan içirlər.

Böyrək-sidik kisəsi iltihabına qarşı çobanyastığı və kərəviz bitkilərinin yaşıl kütləsini, ayrı-ayrılıqda suda qaynadıb, onların

suyunu növbə ilə, gündə bir neçə dəfə (4-5 dəfə) içdikdə, hətta kiçik böyrək daşları belə tökülür.

Bronxitə qarşı çobanyastığının yerüstü hissəsi və biyan bitkisinin kökü ayrı-ayrılıqda suda qaynadılır və hərəsindən bir stəkan içilir.

Əsəb pozğunluğuna qarşı 3 hissə yemişan çiçəkləri və 1 hissə çobanyastığı çiçəyi götürüb qarışdırılır. Bu qarışığı bir stəkan suda, 8 saat dəmdə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən bir saat əvvəl yarım stəkan içməli. 3 hissə yemişan çiçəkləri və 1 hissə çobanyastığı götürüb qarışdırılır. Bu qarışığı 1 stəkan qaynar suda dəmləyib, 2 saatdan sonra süzüb, sinir sistemi fəaliyyəti pozulan və ürək xəstəliklərindən əziyyət çəkənlər, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl yarım stəkan içməli.

Ürək xəstəliklərinə qarşı 20 q pişikotu bitkisinin kökü, 30 q çobanyastığı çiçəyi və 50 q zirə toxumu götürüb qarışdırılır. Bu qarışığın 1/3 hissəsini, 4 stəkan qaynar suda, 30-40 dəqiqə dəmdə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yarım stəkan içməli. Bu daha çox əsəbilik və yuxusuzluqdan əziyyət çəkənlər üçün təyin edilir.

Hərərətə qarşı daha çox istifadə olunan bitkilər: - əkin qara çörəkotu, çobanyastığı və qarabaşaqotudur. Bunların hər birindən 10 q götürüb qarışdırılır. Bu qarışığı suda qaynadıb, soyuduqdan sonra, onu süzüb, alınmış mayeni bir müddət (hərərət düşənə qədər) çay kimi içməli.

Bağayarpağı (*Plantago L.*) - Подорожник

Bağayarpağı - Bağayarpağıkimilər (*Plantaginaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Yer kürəsində onun 250-ə qədər növü yayılmışdır.

Azərbaycanda bağayarpağı cinsinin 13 növü var. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən bağayarpağı cinsinin, böyük

bağayarpağı (*P.major* L.) növüdür. Onun körpə bitkiləri Gəncədən və Abşeron ərazisindən toplanmışdır. Böyük bağayarpağının hündürlüyü 10-30 sm-dir. Qısa, lakin yoğun kök sisteminə malik olan bu bitki, həm də saçaqlı köklərə malikdir. Gövdəsi dik qalxan, üzəri isə tüklü olur. Kök ətrafında rozetşəkilli yarpaqlar qısa saplaqlı, kənarları bütöv (tamkənarlı) olur. Bu yarpaqların mərkəzindən çiçək oxu qalxır ki, bu da bitkinin hündürlüyü deməkdir. Çiçəkləri xırda, 4 üzlü olub, sünbül çiçək qrupu əmələ gətirir. Erkəkciklərinin sayı 4-dür. Onlar uzun saplaqlı olur. Dışıcık 3 meyvə yarpağından əmələ gəlmişdir. Meyvəsi iki yuvalı qutucuqdur. Yuvalarda toxumların sayı 1-dən 8-ə qədər, bəzən daha çox olur. Onlar qəhvəyi rəngdə olur.



Böyük Bağayarpağı
(*Plantago major* L.)

Böyük bağayarpağı bitkisi aprel-may aylarında çiçək açır, may-iyun aylarında isə meyvə verir.

Bağayarpağı bitkisi demək olar ki, respublikanın bütün ərazilərində, meşələrdə, meşə kənarlarında, çəmənliklərdə, bağlarda, yol kənarlarında, rütubətli yerlərdə və s. rast gəlinir.

İstər rəsmi təbabətdə, istərsə də xalq təbabətində onun qurudulmuş yarpaqlarından dərman kimi istifadə edirlər. Bitkinin yarpaqlarını adətən yay aylarında toplayıb, havası əlverişli olan şəraitdə qurudurlar. Lakin onun qurudulmamış təzə yarpaqlarından da, az istifadə edilmir.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən böyük bağayarpağı bitkisinin tərkibində aukibin qlikozidi, invertin və emulsin fermentləri, limon turşusu, selikli maddələr, 4% tanin və C vitamini var.

B e c ə r i l m ə s i : Böyük bağayarpağı bitkisi soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə, suya və torpaq münbitliyinə qarşı, çox tələbkar bitkidir. Uzun gün bitkisidir. 5-10 C° -də cücərib inkişaf edir. Bitkilər ləklər üsulu ilə əkilmişdir. Onların cərgəarası məsafə 30 sm, bitkiarası isə 20 sm saxlanılır. Bitkilərin əkilməsi başa çatan kimi, ləklər tez-tez suvarılır və bu suvarma tez-tez təkrar olunur.

İ s t i f a d ə s i : Təbabətdə böyük bağayarpağı bitkisi daha çox dəri xəstəliklərinin müalicəsində işlədilir. Ondən eyni zamanda xroniki qastritə, bronxial astma xəstəliklərinin müalicəsində, öd kisəsi və öd yolları xəstəliklərində, Aterosklerozda və s. geniş istifadə olunur.

Məsələn, ekzema xəstəliyinə qarşı 10 q sürvə yarpağı, 10 q gicitkən yarpağı, 10 q bağayarpağı, 5 q acı yovşan bitkisinin yerüstü hissəsi, 15 q boymadərənin yerüstü hissəsi, 15 q çöl qatırquyruğunun yerüstü hissəsi, 10 q qarğıdalı saçağı və 10 q ardıc meyvəsi götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar və qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 50-70 ml qəbul edirlər.

Ateroskleroz xəstəliyinin müalicəsində istifadə olunan bitkilərdən biri də məhz bağayarpağı bitkisidir. Onun təzə yarpaqlarından alınmış şirəni bərabər miqdarda balla qarışdırıb, 20 dəqiqə bişirdikdən sonra, onu gündə 2-3 dəfə, xörək qaşığı ilə

qəbul edirlər. Dərmanın qalan hissəsi qaranlıq və sərin yerdə saxlanılmalıdır. Və ya bağayarpağının qurudulmuş yarpaqlarından 3 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda 10 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, gün ərzində xörək qaşığı ilə 3-4 dəfə qəbul edilir.

Bronxial astma xəstəliyinin müalicəsində isə, əksər hallarda cirə, gəndalaş, qırxbuğum, moruq, dəvədabanı və turpdan istifadə olunur. Lakin çox az-az hallarda da olsa, bağayarpağı və üçrəngli bənövşə bitkilərindən də istifadə edirlər. Məsələn, bərabər miqdarda gəndalaş çiçəkləri, bağayarpağı və üçrəngli bənövşə götürüb, qarışdırılır. Bu qarışıqdan 4 çay qaşığı qədər, bir stəkan soyuq suya töküb, 2 saat saxladıqdan sonra, onu 3-5 dəqiqə qaynadırlar və isti halda süzüb, gün ərzində, 3 dəfə içirlər. Alınmış bu maye bronxial astmaya, bronxitə və bronxoektaziyalara qarşı işlənən ən yaxşı vasitədir.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliyinə qarşı doğranmış bağayarpağından bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 10 dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, bir saat müddətində onu qurtum-qurtum içirlər.

Aparılan təcrübələrdən məlum olmuşdur ki, bağayarpağı qastritlərdə, mədə və 12-barmaq bağırsağ xorasında, interitlərdə, kolitlərdə, qazların çox əmələ gəlməsində, ishalda, kəskin mədə-bağırsağ ağrılarında istifadə oluna bilər.

Məsələn, bağayarpağının şirəsi adətən təzə yarpaqlardan, dəmlənməsi isə qurudulmuş yarpaqlardan hazırlanır. Alınmış şirəyə bərabər miqdarda bal qarışdırıb, onu od üzərində 20 dəqiqə bişirirlər və gündə 3 xörək qaşığı qəbul edirlər. Qalan hissəsi ağzı kip bağlanan şüşə qabda, qaranlıq yerdə saxlayırlar.

Bağayarpağının dəmləməsini hazırlamaq üçün quru yarpaqlarından bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda 10 dəqiqə saxlayırlar, sonra onu süzüb, bir saat müddətində qurtum-qurtum içirlər.

Mədə-bağırsağ sistem xəstəliklərinə qarşı daha bir resept, bağayarpağının şirəsini hazırlamaq üçün, əvvəl təzə yarpaqlar

təmiz yuyulur, sonra onu sıxıb şirəsini çıxarırlar. Şirə bərabər miqdarda bal ilə qarışdırılır və 20 dəqiqə bişirilir. Soyuduqdan sonra, ondan gündə 2-3 xörək qaşığı qəbul edirlər. Şirənin qalan hissəsi isə sərin və qaranlıq yerdə saxlanılmadır.

Dəmləməsini hazırlamaq üçün - doğranmış quru yarpaqlardan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya tökürlər və 10 dəqiqə orada saxladıqdan sonra, onu süzüb, 1 saat müddətində qurtum-qurtum içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 10 q bağayarpağı, 10 q nanə yarpağı, 10 q yovşanın yaşıl kütləsi, 10 q çobanyastığı, 10 q gülünbahar çiçəyi, 10 q daziotu, 10 q kəcəvər kökü və 10 q acıqovaq kökü götürüb doğranılır və qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, mədə və 12 barmaq bağırsaq xoralarına qarşı, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içirlər.

İltihab xəstəliklərinə qarşı böyük bağayarpağı bitkisinin yarpağının saplaqlarını kəsib ayasını irinli yaraların üzərinə qoyub bağlansa, yara tez sağalır və irinləmə dayanır.

Dəridə irinləməyə qarşı 15 q gülünbahar çiçəyi, 15 q bağayarpağı, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 15 q sürvə yarpağı, 20 q daziotu bitkisinin yerüstü hissəsi, 15 q andız kökü və 15 q qatırquyruğunun yerüstü hissəsini bir-birilə qarışdırırlar və bu qarışıqdan, 10 q götürüb, onun üzərinə 200 ml su töküb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Öskürək əleyhinə, kəskin bronxitə qarşı 50 q bağayarpağı, 50 q sığırquyruğu çiçəyi və 10 q bulaqotunun yerüstü hissəsini bir-birilə qarışdırır, qarışıqdan 1 çay qaşığı götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər və üzərinə bal əlavə edib, gündə 2-3 stəkan içirlər.

Bağayarpağı həm də xroniki qastritin, mədə və 12 barmaq bağırsaq yaralarının və kolitin müalicəsində istifadə edilir. Kəskin qastritin müalicəsi üçün 20 q çobanyastığı çiçəyi, 20 q gülünbahar çiçəyi, 20 q bağayarpağı, 20 q boymadərənin yerüstü

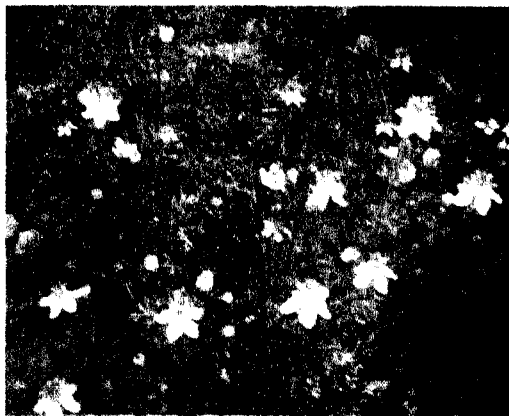
hissəsi, 20 q yatıqqanqalın yerüstü hissəsinin qarışığından, 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Yanığa qarşı təzə bağayarpağının yarpaqlarını əzib, onu yanıq yerlərinə yaxırlar.

Əkin qaraçörəkotu, əkin qərənfil (*Agrostemma githago* L.) - Куколь

Qaraçörəkotu - Qaymaqçıçəklilər (*Ranunculaceae*) fəsiləsinə aid birillik ot bitkisidir. Onun dünyada 16 növü məlumdur.

Azərbaycanda bu cinsin 5 növü var. Onlardan yalnız 1 növü (*A.githago* L.) mədəni halda becərilir. Bu bitkinin toxumları Gəncədən, Naxçıvandan və Qarabağdan gətirilmişdir.



**Qaraçörəkotu
(*Nigella sativa* L.)**

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən bu bitkinin boyu 40-65 sm-dir. Gövdəsi düz qalxandır. Budaqlanma əsasən bitkinin kök boğazından başlayır. Yarpaqları lansetşəkilli, rəngi tünd yaşıldır.

Onlar 2-3 qat bölümlü olurlar. Çiçəkləri mavi rəngində olur. Kasa yarpaqlarının sayı 5-dən 10-a qədərdir. Onlar uzunsov, ucları küt, bir qədər də qabarıq, kənarları ziyilli olur. Meyvəsi qutucuqdur. Qutucuqlar demək olar ki, hər tərəfdən bərabər boyda, bir qədər qatlanmış kasayarpaqları ilə əhatə olunmuşdur. Qutulardakı toxumların sayı 42-dən 123-ə qədərdir. Hər bir qutuda orta hesabla 73 toxum olur. Toxumlarının rəngi qarıdır. Onlar üçüzlü, qırıxıq formasında, lakin bir qədər qabarıq olur.

May ayının axırından başlayaraq çiçək açır, avqust ayında isə meyvə verir.

Əkin qaraçörəkotu yabanı halda respublikanın ən çox dağ ətəklərində, meşə kənarlarında, bağlarda, əkin sahələrində və s. rast gəlinir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən əkin qaraçörəkotu bitkisinin toxumlarının tərkibində 0,5% efir yağı, 22,5% piyli yağların olduğu müəyyən edilmişdir.

Xalq təbabətində ən çox bu bitkinin toxumlarından müxtəlif mədə, mədə-bağırsaq və ürək xəstəliklərinə, müxtəlif baş ağrılarına və öskürəyə qarşı istifadə edirlər. Bundan başqa, onun toxumları bir çox sahələrdə, o cümlədən də çörəkbişirmə sənayesində işlədilir.

Əlbəttə, bu qiymətli dərman bitkisinin həm yeyinti sənayesində, həm də qənnadı və tibb sahəsindəki əhəmiyyətini nəzərə alıb, onun respublikada əkilib becərilməsi üçün şərait yaradılmalıdır.

B e c ə r i l m ə s i: Əkin qaraçörəkotu işıq intensivliyinə, torpaq münbitliyinə və peyinə qarşı çox tələbkar bitkidir. Onun becərilməsi küncüd və kətan bitkilərində olduğu kimidir. Fərqli cəhət ondan ibarətdir ki, əkinqaraçörəkotu bitkilərinin dibi hər suvarmadan sonra doldurulması tələb olunur. Onun toxumları 15-18 C ° temperaturda cücərir və onları aprel ayının sonuna qədər səpilməsi məsləhətdir. Cərgəarası 30 sm, bitkiarası 20 sm saxlanılmalıdır. Toxumlar cücərəndən 55-60 gün sonra çiçək açır,

80-85 gündən sonra meyvə verir. Meyvəsi qutucuqdur. Hər bir qutuda orta hesabla 73 toxum olur.

İstifadəsi: Qaraçörəkotu sənaye əhəmiyyətli bitki olmaqla bərabər, həm də çox qiymətli dərman bitkisidir. Ondan müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəliklərində, sidik yolu iltihabında, müxtəlif ürək xəstəliklərində və s. istifadə edilir. Ondan həm də öskürəyə, müxtəlif başağrılarına qarşı istifadə edirlər. Məsələn, yüksək hərarət nəticəsində əmələ gələn başağrılarından xilas olmaq üçün 10 q çörəkotunun toxumlarını əzib, onu 10 q balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Bağicəllənməsinə qarşı çörəkotu toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edilir.

Tənəffüs yollarını bəlgəmdən təmizləmək üçün, çörəkotunu əzib, balla qarışdırıb, onu məcun kimi, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Böyrək-sidik kisəsindəki quma qarşı 100 q əzilmiş (döyülmüş) çörəkotu tozunu, 1000 q bal ilə qarışdırıb, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Və ya, çörəkotunu suda qaynadıb, onu bal şərbəti ilə, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

Gastrit, mədə xorasına qarşı çörəkotu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Əzələ revmatizminə qarşı çörəkotunun toxumlarını əzib, onu bal ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Ürək döyünməsi, ürək ritminin qeyri-normal sürətlənməsinə qarşı, çörəkotunun toxumlarını əzib, onu balla qarışdırıb, məcun kimi, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Bağırsaq qurdlarına (helminthozlara) qarşı çörəkotunun, cərənin və tərənin toxumlarını andız kökü ilə suda qaynadıb, onların suyunu gündə bir neçə dəfə içməli.

Babasil qanaxmasına qarşı razıyana, zirə, çörəkotu, cəfəri, nanə, keşniş və kərəviz bitkilərinin toxumlarından (nanədən

başqa), hərəsindən bir ovuc götürüb, onları istənilən qədər suda qaynadıb, soyuduqdan sonra süzüb, alınan mayedən gündə bir neçə dəfə, hər dəfə 80-100 ml içməli.

Və ya əgər çörəkotunun toxumlarını yandırıb, onun külü su ilə içilərsə, babasil düşünlərinin dəşilməsi sürətlənir.

Zirinc (*Berberis* L.) - Барбарис

Zirinc - Zirinckimilər (*Berbericaceae*) fəsiləsinə aid kol bitkisidir. Onun Avropada, şimali və cənubi Amerikada 120 növü var.

Azərbaycanda zirinc bitkisinin yabani halda 3 növünün olması barədə kifayət qədər məlumatlar var. İnstitutun Elmi Tədqiqat bazasında becərilən adi zirinc (*B.vulgaris* L.) növüdür. Onun boyu 2,5-3 m-ə qədərdir. O, çox güclü budaqlanan bitkidir. Adətən onun cavan budaqları sarı-qonur rəngdə, yaşlı budaqları isə, boz rəngində olur. Yarpaqları nazik, ellipsşəkilli, kənarları xırda dişlidir. Onlar cavan budaqların qoltuğunda topa şəklində yerləşir. Hamaş çiçəkləri çox çiçəkli salxımdır. Kasa yarpaqları və ləçəkləri tərsyumurtaşəkillidir. Erkəkciklərin sayı 6-dır. Meyvəsi uzunsov, rəngi parlaq, əksər hallarda onlar tünd qırmızı, tək-tək hallarda isə sarı rəngli giləmeyvədir.

Adi zirinc bitkisi aprel-may aylarında çiçək açır, oktyabr-noyabr aylarında isə meyvəsi yetişir.

Adi zirinc bitkisinə respublikanın bütün bölgələrində rast gəlmək olar. O, daha çox əkin sahələrinin kənarlarında, çay və meşə kənarlarında, dağlıq ərazilərdə və s. geniş yayılmışdır.

Dərman məqsədilə adi zirinc bitkisinin kökündən, gövdəsindən və meyvəsindən istifadə edirlər. Adətən bu bitkinin kökünü və gövdəsinin qabığını payız aylarında və ya erkən yazda toplayırlar. Toplanmış material kənar bitkilərdən (qarışıqlardan) təmizləndikdən sonra onu doğrayıb qurudurlar.



Adi zirinc
(*Berberis vulgaris* L.)

Zirinc bitkisinin kökü berberin birləşmələri ilə, meyvələri isə alma, limon turşuları, antosian, pektin maddələrilə və vitaminlərlə çox zəngindir. Hal-hazırda zirinc bitkisinin meyvələri daha çox limonad və likör istehsalında istifadə edilir. Körpə yarpaqları və yetişmiş meyvələri C vitamini mənbəyidir.

İstifadəsi: Təbabətdə adi zirinc bitkisinin kökünün qabığı qaraciyər xəstəliklərində, böyrəklərin və sidik kisəsinin

iltihabında, podaqra və revmatizmdə geniş istifadə olunur. O, eyni zamanda öd qovucu dərman kimi də işlədilir.

Xalq təbabətində zirinc bitkisinin meyvələrindən həm də yoğun bağırsağın iltihabına və mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı istifadə edirlər. Bundan başqa, zirinc bitkisinin meyvələri qan təzyiqinin aşağı salınmasında daha çox istifadə olunur. Məsələn, zirinc bitkisinin meyvələrini əzib şirəsini çıxarıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 40-50 ml içməklə (bu bir müddət davam edərsə), qan təzyiqinin yüksək olması aradan qalxmış olar.

Qan təzyiqinin yüksək olması - hipertoniya xəstəliyinə qarşı - 200-250 q zirinc meyvələrini sıxıb, onun şirəsini gündə 3 dəfə içirlər. Yaxud 20 q zirinc bitkisinin toxumu, 10 q qıfotu, 20 q pişikotu kökü və 20 q yemişan bitkisinin çiçəyi götürülüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər bir stəkan qaynar suda 20-25 dəqiqə qaynadılır. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Qaraciyərin xolesistit və xolanit xəstəliklərinə qarşı zirinc bitkisinin kökünün qabığını, cəvizin (qozun) və bədrəncin yarpağını, güləvər bitkisinin yerüstü hissəsini və acı yovşanın yerüstü hissəsini bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzürlər və gün ərzində ondan 3 stəkan içirlər.

Yaxud, zirinc bitkisinin yarpaqlarını, ardıc və tozağacı bitkilərinin yarpaqlarını, acı yovşanın və boymadərinin yerüstü hissələrini bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, səhər və axşam bir stəkan içirlər. Və ya, zirinc şirəsinə şəkər qatıb gündə 2-3 dəfə, hər dəfə 1 çay qaşığı qədər içirlər.

Qaraciyərin iltihabına (hepatitə) qarşı zirinc bitkisinin kökünün qabığını, yarpızın yarpağı və pişikotunun kökü götürülüb bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı

götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, səhər və axşam, hər dəfə 1 stəkan içirlər.

Qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı 20 q solmazçiçək bitkisinin çiçəkləri, 20 q boymadərən və yovşanın yerüstü hissələri, 20 q razyana toxumları, 20 q nanə yarpaqlarını doğrayıb qarışdırırlar. Onların qarışığından 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içirlər. Bu resept istər qaraciyər xəstəliklərində, istərsə də öd kisəsinin iltihabında çox mühüm rol oynayır.

Mədə bulanması və qıcqırmasına qarşı zirinc bitkisinin meyvələrini əzib, suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Yoğun bağırsağın iltihabına qarşı zirincin meyvələrini sıxıb, onun şirəsini gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içməli.

Öd ifrazını artırmaq üçün zirinc bitkisinin meyvələrini suda qaynadıb, onun suyunu içirlər.

Qaraciyər serrozuna qarşı zirənin, cirənin və zirincin meyvələrini suda qaynadıb, onların suyunu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Qaraciyər fəaliyyətinin zəifliyinə qarşı çoxlu (hər dəfə 250-300 q) zirinc meyvələrini suda qaynadıb, onun suyunu gün ərzində içirlər.

Və ya, 200-300 q zirinc bitkisinin meyvələrini suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50 ml içməli.

Əsəb xəstəliklərindən və yuxusuzluqdan əziyyət çəkən insanlar zirinc bitkisinin meyvəsini, bədrəncin yarpaqlarını, bənövşənin və bulaqotunun yerüstü hissələrini bərabər miqdarda götürərək bir-birilə qarışdırıb, həmin qarışıqdan bir çay qaşığı bir stəkan qaynar suda dəmləyib, soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam) 2 stəkan içməlidirlər. Bu, əsəbləri sakitləşdirən ən yaxşı vasitədir.

Babasilə (gemarroy) qarşı zirincin meyvələrini əzib, şirəsini gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Hal-hazırda dünyanın əksər ölkələrində zirinc bitkisi mədəni halda becərilir. Onun meyvələrindən limonad və likör istehsalında istifadə edirlər. Eyni zamanda ondan sirkə turşusu hazırlayırlar. Zirincin meyvəsindən hazırlanan mürəbbə sağlamlıq üçün çox xeyirlidir. Onun oduncağından isə, keçmişdə olduğu kimi, indi də ayaqqabı üçün “mismar” hazırlayırlar. Yadda saxlamaq lazımdır ki, gövdəsi qırmızı rəngli olan zirinc bitkisinin növləri bal verən bitki hesab olunur.

Heyva (*Cydonia* Mill.) - Айва

Heyva - Gülçiçəklilər (*Rosaceae*) fəsiləsinə aid ağac və ya kol bitkisidir. Onun dünyada 1 növü var.



Adi Heyva
(*Cydonia oblonga* Mill.)

Azərbaycanda heyva cinsinin - adi heyva (*C.oblonga* Mill.) növü becərilir. Onun hündürlüyü 3-5 m-dir. Heyvanın yarpaqlarının forması çox müxtəlifdir. Onlar yumurtaşəkilli,

yumru və ya girdə, rəngləri isə tünd yaşıldır. Adi heyvanın cavan yarpaqlarının üzəri sıx tükcüklərlə örtülü olur. Onlar qısa saplaqlı və növbə ilə düzümlüdür. Çiçəkləri iri, adətən onlar tək-tək olur. Kasa yarpaqlarının sayı 5-dir. Ləçəklərinin rəngi ağ və ya çəhrayı, forması tərsyumurtəşəkillidir. Heyvanın yetişməmiş meyvələrinin üzəri sıx tüklü, yetişmiş meyvələri isə çıpaq, rəngi sarı olur. Onlar ya armudşəkilli, ya da yumurtəşəkilli olur. Heyvanın toxumlarının rəngi qəhvəyi, üzəri isə selikli olur.

Adi heyva aprel-may aylarında çiçək açır, sentyabr-noyabr aylarında isə onun meyvəsi yetişir.

Heyva bitkisinə yabanı halda respublikanın bütün bölgələrində, çay kənarlarında, kolluqlarda, ya tək-tək, ya da dəstə halında rast gəlinir. O, daha çox Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının ətəklərində, meşə kənarlarında, Zaqatala və Şəki ərazilərində geniş yayılmışdır.

Azərbaycanda heyva mədəni halda bütün bölgələrdə, xüsusilə də Kür-Araz ovalığında, Göyçayda, Ağdaşda, Kürdəmirdə və s. becərilir. Adi heyvanın meyvəsinin qabığı, toxumu və yarpağı insan orqanizmi üçün lazım olan maddələrlə və vitaminlərlə çox zəngindir. Onun meyvəsinin tərkibində 2,14% zülal, 3-7% fruktoza və 0,6-0,3% saxaroza var.

Heyvanın meyvəsinin qabığının tərkibində 116 mq%, lətinin tərkibində isə 10,52 mq% C vitamini, eləcə də A₁ B₁ provitaminləi var.

İstifadəsi: Heyva ürəyə qüvvət verir, onun sıxıntılarını aradan qaldırır.

Məsələn, heyvanın çiçəkləri ilə baldan məcun hazırlayıb, desert qaşığı ilə qəbul edilərsə, ürəyin fəaliyyəti güclənir.

Və ya heyvanın toxumlarını suda qaynadıb, onun suyu isti-isti içilərsə, o, səsi açır, öskürəyi kəsir, sinəni yumşaldır.

Heyva şirəsi mədənin fəaliyyətini və həzmi sürətləndirir, qusmanı və ishalı dayandırır.

Xalq təbabətində heyvanın meyvəsindən sidikqovucu və qankəsici dərman kimi də istifadə edirlər. Onun yarpaqlarının çay kimi dəmləməsi mədə-bağırsaq iltihabı xəstəliyini, qabığının dəmləməsi isə ağız boşluğunda qanaxma xəstəliyini aradan qaldırır.

Tənəffüs yollarının iltihabına qarşı heyvanın toxumları bəlgəmgətirici dərman kimi işlədilir. Eyni zamanda onun toxumlarından selik hazırlayırlar ki, o da həzm sistemi üçün çox faydalıdır. Bunun üçün, bir xörək qaşığı heyva toxumunu, 200 ml isti suya töküb, onu hər 20-30 dəqiqədən bir qarışdırılır. Bu bir neçə dəfə təkrar edildikdən sonra, onu süzülər və gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, 50-60 ml, yeməkdən sonra, qurtum-qurtum içirlər.

Böyrək sancılarına qarşı əgər böyrəklərdə sancı varsa, heyvanın çiçəklərini suda qaynadıb, onu bal ilə gündə 3 dəfə içmək lazımdır.

Sidik yolları iltihabına qarşı 10 q heyva çəyirdəyi, 10 q arpa və 10 q kərəviz toxumu götürüb, onları qaynar suya töküb, zəif od üzərində qaynadırlar (o qədər ki, heyvanın çəyirdəyi, arpanın dənələri və kərəvizin toxumları tam bişmiş olsun). Sonra onu süzüb, suyunu içirlər, qalan hissəsi isə sıyıq halında, sidik kisəsi üzərinə qoyulur (yaxılır).

Böyrək xəstəliklərinə qarşı heyvanın toxumlarından, ardıc bitkisinin meyvəsindən və həmərsinin (itburnunun) meyvəsindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan bir xörək qaşığını bir stəkan suda, 6 saat saxladıqdan sonra, onu 15 dəqiqə yenidən qaynadırlar. Sonra onu süzüb, gündə bir neçə dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər. Bu necə bir sidikqovucu dərman kimi qəbul edilir. Eləcə də heyva çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyuna bal əlavə edib gündə 3 dəfə stəkanla içilir.

Xalq təbabətində heyva bitkisinin toxumlarından soyuqdəyməyə və bir çox göz xəstəliklərinə qarşı istifadə edirlər. Bundan başqa onun toxumlarından və çiçəklərindən ishala qarşı həlim hazırlayırlar.

Məsələn, əgər heyvanın çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, ishal dayanır.

Ağciyər vərəminə qarşı gündə 3 dəfə, hər dəfə, 150-200 ml heyva şirəsi içmək lazımdır.

Baş ağrılarına qarşı heyva çiçəkləri ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edilməlidir.

Boğaz iltihabına qarşı heyvanın çiçəklərini suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml onun suyunu içmək lazımdır.

Yoğun bağırsağın iltihabına qarşı heyvanın şirəsini çıxarıb stəkanla içməli.

Mədə xorasına qarşı heyva şirəsini gündə 4-5 dəfə, hər dəfə 150-200 ml içməli.

Mədə iltihabına qarşı və mədə fəaliyyətini gücləndirmək üçün gündə bir neçə dəfə heyva şirəsini stəkanla içmək lazımdır.

Ürək fəaliyyətini gücləndirmək üçün heyva çiçəkləri ilə baldan məcun hazırlayıb, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Böyrək sancısına qarşı heyvanın çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyuna bal əlavə edib, gündə 3 dəfə stəkanla içməli.

Mədənin fəaliyyətini gücləndirmək üçün çoxlu heyva şirəsi içmək lazımdır.

Dizenteriyaya (qanlı ishala) qarşı, heyva şirəsini, gündə 4-5 dəfə, stəkanla içməli. Bu həm də mədə-bağırsaq sisteminin iltihabına qarşı istifadə olunur.

İştahsızlığa qarşı, 1 stəkan heyva şirəsi, 20 q zəncəfil, 20 q ağ bibər və 50 q bal götürüb, əvvəl onların bərk olanları əzilir, sonra onlar bir yerdə qarışdırılır və gündə 3 dəfə, hər dəfə 1-2 xörək qaşığı qəbul edilir.

Reyhan (*Osimum* L.) - Базилик

Reyhan - Dalamaz (*Lamiaceae*) fəsiləsinə aid birillik ot cinsidir. Onun dünyada 150-dək növü məlumdur.



Adi Reyhan
(*Osimum basilicum* L.)

Azərbaycanda reyhanın 1 növü - a d i r e y h a n (*O.basilicum* L.) becərilir. Reyhanın yalnız fərdi təsərrüfatlarda becərildiyi müşahidə olunur. Çox ətirli tərəvəz bitkisi olmaqla bərabər, həm də ballı bitkidir. Ondən bəzək bitkisi kimi də istifadə edirlər. Reyhan bitkisinin müxtəlif formalarının toxumları 2004-cü ildə Gəncə şəhərindən, 2005-2006-cı illərdə isə 3 formasının toxumları Naxçıvandan gətirilmişdir. Naxçıvandan gətirilən formalar Gəncə şəhərindən gətirilənlərdən boylarının hündür, daha çox ətirli, daha çox kövrək və nəhayət, vegetasiya müddətinin 20-23 gün uzun olmasına görə fərqlənir.

Reyhanın gövdəsi 4 tilli və çoxşaxələnəndir. Gəncə şəhərindən gətirilən formaların hündürlüyü 30-65 sm olduğu halda, Naxçıvandan gətirilən formaların hündürlüyü 75-80 sm-ə, bir çox hallarda isə onların hündürlüyü 90 sm-ə çatır. Naxçıvandan daxil olan reyhan formaların yarpaqlarının kənarları seyrəkdışli, rəngləri

ağ, tünd-yaşıl və ya tünd-çəhrayı olur. Onların çiçək qruplarında da müəyyən fərqli xüsusiyyətlər var. Məsələn, Gəncə reyhanlarının çiçək qrupu əsasən sıx salxımlı, Naxçıvan formalarının isə çiçək qrupu seyrək salxımlı olur. İstər Gəncədən, istərsə də Naxçıvandan gətirilən formaların yarpaqları müxtəlif rənglərdə olur. Gəncə və Gəncə ətrafında becərilən reyhanların 4, Naxçıvanda isə onların 3 növ müxtəlifliyi vardır. Gəncədə xırda reyhan, iri reyhan, qaşıqvari reyhan və dəstvari reyhan formaları, Naxçıvanda isə hündürboylu ağ reyhan, hündürboylu alabəzək (yarpaqlarının rəngi yaşıl və çəhrayı rəngdə olan) reyhan və hündürboylu, lakin çox ətirli və çox kövrək alabəzək reyhan formaları var.

X ı r d a reyhanın yarpaqları ağ, kənarları bütöv, çiçəklərinin rəngi açıq-sarı və ya ağ, çiçək salxımı isə çox sıx olur.

İ r i reyhanın yarpaqları tünd-yaşıl, kənarları zəif dişli və ya bütöv, çiçəkləri bənövşəyi rəngdə olur. Reyhanın bu formasının yarpaqları və çiçəkləri cırə iyi verir.

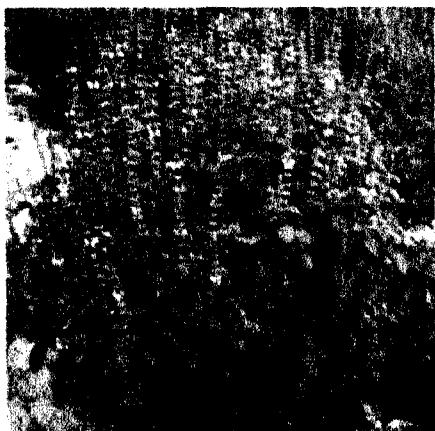
Q a ş ı q v a r i reyhanın yarpaqları qaşığa (gəmiyə) oxşayır.

D ə s t ə v a r i reyhan kolu 30-45 sm hündürlüyündə, yarpaqları həm yaşıl, həm də bənövşəyi-yaşıl (alabəzək) rəngdə olur. Onların kənarları zəifdişlidir. Reyhanın bu forması gözəl görkəmə və çox xoş və incə ətirə malik olduğu üçün, daha çox əkilir. Reyhanın bu növündən həm də bəzək bitkisi kimi də istifadə edirlər. Rəvayətlərə görə, şahlar çox güman ki, reyhanın bu formasından ya dəstə bağlatdıraraq onu öz iş otaqlarına qoydurarmışlar, ya da qablarda əkdirib qoyarmışlar.

H ü n d ü r b o y l u a ğ reyhan, gövdəsi çox kövrək, yarpaqlarının kənarları seyrək dişli, çiçəklərinin rəngi ağ və ya açıq-sarı, çiçək qrupu uzun, seyrək salxımlıdır.

H ü n d ü r b o y l u b ə n ö v ş ə y i - y a ş ı l (alabəzək) reyhanın boyu hündür, gövdəsi isə çox kövrək olur. Yarpaqlarının kənarları seyrək dişlidir. Çiçəklərinin rəngi bənövşəyi, çiçək salxımı seyrək və uzun olur. Reyhanın bu forması çox ətirli olmaqla bərabər, həm də gözəl görkəmə malikdir.

Reyhanın bütün formalarının toxumları oval, rəngləri qara və ya qonur olur. Reyhanın toxumu cücərmədən 130-150 gün sonra yetişir. Meyvəsi 4 toxumlu qutucuqdur. Toxumların cücərmə qabiliyyəti 2-3 il qalır. 1000 toxumun kütləsi 2-2,9 q-dır.



Ağ Reyhan

Reyhanın yarpaqları və körpə zoğları C vitamini, A provitamini, rutin, mineral duzlar və e v q a n o l ilə zəngindir. Reyhanın bitkisi tərkibində 0,02-0,08% efir yağı var. Bu efir yağının 70%-ni e v q a n o l təşkil edir. Reyhanın yarpaqlarından alınan efir yağından müxtəlif maddə xəstəliklərinin müalicəsi üçün, eləcə də boğazı qarqara etmək üçün istifadə edirlər.

Təbabətdə v a n i l i ən çox reyhan bitkisindən alınır.

Xalq təbabətində reyhan bitkisi qurudulmuş halda bir çox xörəklərdə, o cümlədən də balıq xörəklərində istifadə edilir. Təbriz və Gəncə şəhərlərində reyhan bitkisinin toxumlarına limon vuraraq gözəl ətirə malik “balənk” şərbət hazırlayırlar. Reyhan bitkisi həm də fitonsid xassəyə malik bitkidir.

Bu bitkinin səbzə bitkiləri arasında özünə məxsus yeri var. Reyhan çox ətirli bitki olması ilə yanaşı, həm də Azərbaycan mətbəxində ən çox istifadə olunan ədviyye bitkilərdəndir.

B e c ə r i l m ə s i : Reyhan xoş ətirli səbzə bitkisidir. O, qumsal, gillicə, qara və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Uzun gün bitkisidir. Reyhan istiyə davamlı, peyinə isə çox tələbkər bitkidir. Toxumları 8-10 C° -də cücərir. Suyu çox tələbkərdir. Reyhan toxumları aprel ayının 10-25-nə qədər səpilərsə, daha yaxşı nəticə verir. Bizim sahədə bu bitkinin toxumları cərgə üsulu ilə səpilmişdir. Cərgəarası 30 sm, bitkiarası 20 sm-dir. Cücərmədən 40-50 gün sonra bitkilərdən istifadə edilir. Toxum cücərmədən 70-90 gün sonra çiçək açır.

Reyhan çox zoğ əmələ gətirmə şaxələnmə xüsusiyyətinə malikdir. Ona görə də bitkilərdə 3-5 yarpaq əmələ gələndən sonra, gövdənin uc hissəsini qırıb istifadə edirlər. Gövdənin qalan hissəsində tezliklə yeni zoğlar əmələ gəlir və bitki tez bir zamanda kollarır. Beləliklə, ucdan qırmaq yolu ilə bitkilərdən soyuqlar düşənə qədər istifadə etmək olar.

İ s t i f a d ə s i : - Reyhan gözəl görkəmə və çox xoş incə ətirə malik bitkidir. Reyhan həm də dərman bitkisidir. Onun yarpaqlarından alınan efir yağı, müxtəlif mədə xəstəliklərində və ürək xəstəliklərində istifadə edilir. Məsələn, reyhan bitkisinin yaşıl kütləsini sıxıb, şirəsi stəkanla içilərsə, onun ürəyə müsbət təsiri olur.

Dahi İbn Sina özünün “Qanun” kitabında maraldilotu, ipək, zəfəran, mixək, oğulotu, hil, turunc yarpağı, keşniş, reyhan və s. bitkilərinin bəzisini sıxıb şirəsini, bəzilərinin isə qaynadıb suyunu içməyin, ürəyə müsbət təsir etdiyini göstərmişdir.

İstilikdən baş verən ürək döyünməsinə qarşı oğulotu, reyhan, bibəriyə, andız kökü, turunc qabığı, darçın və mixək - bunların hər birindən, bir qaşığı götürüb, qarışdırılır. Bu qarışıq kifayət qədər suda qaynadıb, soyuduqdan sonra onu süzüb, suyu içilir.

Ürək fəaliyyətinin qüvvətləndirilməsi üçün reyhanın çiçəklərini yemək və ya qoxulamaq (iyləmək) lazımdır.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
16	Meşə əməkəməci <i>Malva sylvestris</i> L.	14. IV köklü	-	50x40	26. V	12. VI	29.VIII- 137	-	-	-
17	Həmərsin, itburnu <i>Rosa</i> L.	-	-	-	21. V	29. V	13.X-145	-	-	-
18	Adi çobanyastığı <i>Marricaria chamomillae</i> L.	16. IV köklü	-	30x20	23. VI	19. VII	12.VIII- 118	-	0,5	-
19	Böyük bağayarpağı <i>Plantago major</i> L.	14. IV köklü	-	30x20	16. V	28. V	19.VI-66	-	-	-
20	Qara çörəkotu <i>Nigella sativa</i> L.	16. IV	23. V	30x20	19. VI	12. VII	23.VII-98	3,4	0,5	22,5
21	Adi zirinc <i>Berberis vulgaris</i> L.	-	-	-	28. V	19. X	13.XI-168	-	-	-
22	Adi heyva <i>Cydonia oblonga</i> Mill.	-	-	-	22. V	22. IX	13.X-174	-	-	-
23	Adi reyhan <i>Osimum basilicum</i> L.	13. IV	29. IV	30x20	21. VI	09. VII	26.VIII- 104	2,9	0,03- 0,09	-

Öd ifrazını artırmaq üçün reyhanın yaşıl kütləsi suda qaynadılır və onun suyu stəkanla içilir.

İshala qarşı 3 q qarnıyariq toxumu, 3 q reyhan toxumu və 3 q razyana toxumu götürüb, bunları qabaqcadan hazırlanmış bənövşə şərbəti, alma şərbəti və şəkər şərbəti ilə, adları çəkilən bitkilərin toxumlarını növbə ilə, əvvəl qarnıyariq toxumunu şərbətin biri ilə, sonra reyhanın toxumları o biri şərbətlə və nəhayət, razyana toxumları üçüncü şərbəti isə ilə içilir.

Babasil qanaxmasına qarşı reyhanın çiçəklərini əzib, sıyıq halında babasil düyünlərinin üzərinə yaxılır.

Sonda, reyhanın çiçəklərini şəkərlə birlikdə əzib, ondan şərbət hazırlayıb, gündə bir neçə dəfə içdikdə, ürək döyüntüsü sakitləşir.

Sarmaşiq (*Convolvulus L.*) - Вьюнок

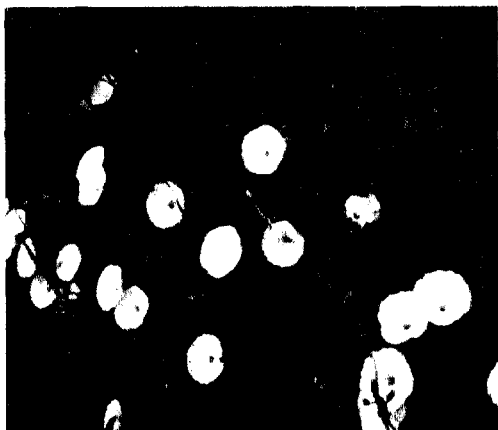
Sarmaşiq - Sarmaşiqkimilər (*Convolvulaceae*) fəsiləsindən çoxillik ot bitkisidir. Aralıq dənizi ölkələrində *Convolvulus L.* cinsinin 190-dan çox növü var. Onlardan 8 növü Azərbaycanda bitir. Azərbaycanda bitən bu növlərin əksəriyyəti alkaloidli bitkilərdir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən sarmaşiq cinsinin çöl sarmaşığı (*C. arvensis L.*) növüdür. O, çox nazik, uzun, sürünən və sarmaşan gövdəyə malik bitkidir. Yarpaqları nazik, uzunsaplaqlı, forması üçbucaq-yumurtaşəkilli və ya xəttvari-lansetşəkillidir. Çiçəkləri qıfşəkillidir. Onlar ağ və ya çəhrayı rəngdə olur. Erkəkciklərinin sayı 5-dir. Meyvəsi qutucuqdur.

Çöl sarmaşığı iyun-iyul aylarında çiçək açır və iyul ayında da meyvə verir.

Azərbaycanda çöl sarmaşığı Kür-Araz ovalığından başlamış, orta dağ qurşağına qədər, bütün ərazilərdə, bağlarda, əkin sahələrində, yol kənarlarında, necə bir alaq otu kimi yayılmışdır.

Xalq təbabətində çöl sarmaşığının bütün hissələrindən (kökündən, yarpaqlarından, çiçəklərindən və toxumlarından) istifadə edirlər. Onun bu hissələrinin toplanması adətən bitkilərin çiçəklənmə dövrünə təsadüf edir.



Çöl Sarmaşığı
(*Convolvulus arvensis* L.)

Çöl sarmaşığı (*C.arvensis* L.) növünün tərkibində 0,3-5% qətranlı qlikozoid, flavanoid, C və E vitaminləri var. Yarpaqlarının tərkibində isə 91,4-134 mq% C vitamini olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Sarmaşığın bu növü (*C.arvensis* L.) işıq intensivliyinə, suya, torpaq münbitliyinə və peyinə qarşı çox tələbkar bitkidir. O, yumşaq və peyinli torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Suya çox tələbkar bitkidir. Odur ki, hər suvarmadan sonra bitkilərin dibinin doldurulması vacibdir.

Çöl sarmaşığının toxumları aprel ayının ikinci yarısında səpilməlidir.

İstifadəsi: Xalq təbabətində çöl sarmaşığı (*C.arvensis* L.) növünün çiçək və toxumlarından müxtəlif mədə xəstəliklərinin müalicəsində və onun yaşıl kütləsindən isə, irin bağlamış yaraların sağaldılmasında daha çox istifadə edilir.

İstər tibbdə, istərsə də xalq təbabətində müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində çöl sarmaşığının (*C.arvensis* L.) bu növündən həm sidikqovucu dərman kimi, həm də ondan bronxial astmada, yuxusuzluqda və qaraciyər xəstəliklərində istifadə edirlər. Bundan başqa, o, dalağın və ağciyərin böyüməsinin qarşısının alınmasında və tənəffüs yollarının iltihabında da istifadə olunur.

Çöl sarmaşığı (*S.arvensis* L.) bitkisinin yerüstü hissəsini 70% spirtlə, birin-beşə (1:5) nisbətində qarışdırıb, onu gündə 2-3 dəfə, hər dəfə, bir çay qaşığı içməklə, müxtəlif mədə xəstəliklərinin və daxili orqanların iltihabının aradan qalxmasına kömək edir. Məsələn, 100 q çöl sarmaşığı şirəsini bal ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, onu bir müddət qəbul etməklə, daxili orqanlarda baş verən iltihab xəstəliyi aradan qalxmış olur.

- Çöl sarmaşığı bitkinin qurudulmuş yerüstü hissəsindən, bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyib, 2 gün içməklə, tənəffüs yollarının iltihabı aradan qalxmış olur. O, həm də sidikqovucu təsirə malikdir.

Yuxusuzluğu aradan qaldırmaq üçün bitkinin yerüstü hissəsindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynamış suda dəmləyib, 40 dəqiqədən sonra, onu süzüb, yatandan əvvəl, bir stəkan içilərsə, yuxusuzluq aradan götürülür.

Bronxial astma, qaraciyər, ağciyər və dalaq xəstəliklərinə qarşı çöl sarmaşığının (*C.arvensis* L.) yerüstü hissəsindən bir xörək qaşığı götürüb, əvvəl onu bir stəkan su ilə qarışdırıb, sonra isə onu su hamamında dəmləyib, gündə 2 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içməklə, yuxarıda adları çəkilən xəstəliklərin aradan qalxmasına kömək edir.

Yaxud: Sarmaşığı suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, o, öd ifrazının artmasına kömək edir.

Yaxud: Bir stəkan sarmaşiq suyuna 1-2 damcı sirkə əlavə edib içilərsə, hıçqırıq dayanır.

Qaraciyər xəstəliklərinə qarşı xəstə gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 80-100 ml sarmaşiq şirəsi içməlidir.

Sarmaşığı suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, qadınlarda aybaşı normallaşır, yoğun bağırsağın iltihabı, ishalı və düz bağırsaq xəstəlikləri aradan qalxmış olur.

Zirə (*Carum* L.) - Тмин

Zirə - Kərəvizkimilər (*Apiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid olan iki və ya çoxillik ot bitkisidir. Onun Avropa və Asiya ölkələrində 30-dək növü var.



Adi Zirə
(*Carum carvi* L.)

Azərbaycanda zirənin yabanı halda 3 növü məlumdur. Onlardan yalnız bir növü, adi zirə (*C.carvi* L.) təbabətdə istifadə edilir. Bizim institutun təcrübə sahəsində becərilən adi zirə (*C.carvi* L.) növünün boyu 30-65 sm-dir. O, yoğunlaşmış kök sisteminə malik bitkidir. Gövdəsi düz qalxan, yuxarı hissəsi

şaxələnəndir. Gövdə üzərində yarpaqlar növbə ilə düzümlüdür. Yarpaqları iki və ya üçqat lələkvari bölümlüdür. Onlar uzunsov formada olur. Bu bitkinin aşağıda yerləşən yarpaqları uzunsaplaqlı, yuxarıdakı yarpaqları isə qısa saplaqlı olur. Ağ və ya çəhrayı rəngli çiçəkləri çətirşəkilli çiçək qrupunda yerləşir. Bu çətirlərin sayı 5-dən 15-ə qədərdir. Onlar qeyri bərabər uzunluqda olur.

Zirənin meyvəsinin dadı acıtəhərdir. Onun meyvəsi uzunsov, çox asanlıqla iki hissəyə ayrılan və çox ətirli olur. Zirənin meyvəsi tam yetişməmiş yığılır. Onun meyvəsini toplanması çətin olduğundan, əvvəl onu qayçı ilə kəsirlər, sonra isə dəstə-dəstə bağlayırlar. Yalnız qurudulduqdan sonra, onu döyüb toxumunu çıxarırlar.

Adi zirə bitkisi may-iyun aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvəsi yetişir.

Azərbaycanda adi zirə yabanı halda əsasən Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının subalp qurşağına qədər olan ərazilərdə, xüsusilə də Quba-Qusarda, Şəkiddə, Qəbələdə, Gədəbəydə, Kəlbəcərdə, Laçında, Daşkəsəndə və s. yerlərdə sulu çəmənlərdə geniş yayılmışdır. El arasında Zirəyə “çəmən” də deyirlər.

Adi zirənin meyvəsinin tərkibində 3-6%-ə qədər efir yağının olduğu müəyyən edilmişdir. Bu efir yağının tərkibinin 50-60%-ni karvon, 30%-ni terpen, karvakrol və bir çox başqa birləşmələr təşkil edir. Bundan başqa, zirənin meyvəsinin tərkibində 4%-ə qədər aşı maddələri, 14-22% yağ, zülal maddələri, flavonoidlər və s. olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Zirə soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə və rütubətə çox tələbkər bitkidir. Normal böyüməsi və inkişaf etməsi üçün, optimal temperatur 5-10 C° tələb olunur. Zirə bitkisi üçün çınqıllı və gillicə torpaqlar çox yararlıdır.

Bizim institutun təcrübə sahəsində, adi zirə bitkisinin toxumları mart ayında, ləklər üsulu ilə səpilmişdir. Onun cərgə arası məsafə 30 sm, bitki arası isə 20-30 sm olmuşdur.

İ s t i f a d ə s i : Adi zirənin meyvələrindən dərman hazırlanması, hələ çox qədim dövrlərdən məlumdur. İstər onun meyvəsi, istərsə də yağı, çox qiymətli olduğundan, insanlar əvvəl bu bitkiləri toplayıb qurudurlar, sonra onun meyvələrinin yağını çıxarıb istifadə ediblər.

Hal-hazırda zirə bitkisi xalq təbabətinin bir çox sahələrində, xüsusilə də müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəliklərində, qaraciyər və böyrək xəstəliklərində daha çox istifadə olunur. Xalq təbabətində mədədə həzm prosesini sürətləndirmək və bağırsaqlarda əmələ gələn köpü aradan qaldırmaq məqsədilə, adi zirənin toxumlarından istifadə edirlər. Məsələn, köpə qarşı bir qaşığı zirə toxumunu, bir stəkan suya töküüb (ağzı bağlı qabda) 5 dəqiqə qaynadıb, ona bir xörək qaşığı narın şəkər tozu əlavə edib, gündə 5-6 dəfə, hər dəfə bir çay qaşığı içməklə, orqanizmdə əmələ gələn köp aradan qalxmış olur. Bu məhluldan uşaqlar çay qaşığı, böyüklər isə xörək qaşığı ilə qəbul etməlidir.

Zirə bitkisindən çox gözəl ətirli çay dəmləmək olar. O, mədənin fəaliyyətini gücləndirir, onun funksiyasını tənzimləyir.

Adi zirə toxumundan həm də həzm sisteminin funksiyasını və onun tonusunu artırmaq üçün istifadə edirlər.

Bundan başqa, zirənin meyvəsindən hazırlanmış şirə həm də, işlətmə dərmanı və yelqovucu dərman kimi istifadə edilir.

Mədənin və bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 25 q nanə yarpağı, 25 q zirə toxumu, 25 q razyana toxumu və 25 q pişikotu kökü götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, xroniki xəstəliklərdə köpmənin qarşısını almaq üçün, səhər və axşam, hər dəfə 1 stəkan içirlər.

Bağırsaqlarda əmələ gələn köpü aradan qaldırmaq üçün bir xörək qaşığı adi zirə toxumu, bir çay qaşığı şüyüd toxumu, bir çay qaşığı boymadərən yarpağı və bir xörək qaşığı doğranmış arpa samanı götürüb, onları 1 litr suda, 10 dəqiqə qaynadırlar, sonra onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Qastrit - mədənin selikli qışasının iltihabına qarşı 4 hissə daziotu, 4 hissə bağayarpağı, 1 hissə nanə yarpağı, 2 hissə qırxbuğum, 2 hissə kəcəvər və 1,5 hissə zirə toxumu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 1 litr qaynar suya töküüb, onu 12 saat saxladıqdan sonra süzüb, turşuluğun artması ilə müşahidə olunan qastritə qarşı, gündə 4 dəfə, yeməkdən bir saat əvvəl yarım stəkan içirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı 1 hissə zirə, 1 hissə razyana, 1 hissə cırə və 2 hissə nanə götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda 30 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, gün ərzində onu qurtum-qurtum içirlər. Bu, mədənin spazmlarına və bağırsaqlarda çox qaz əmələ gəlməsinə qarşı ən yaxşı vasitədir.

Adi zirənin meyvələrindən qaraciyər xəstəliklərində, hepatitdə və köpmədə daha çox istifadə edirlər. Məsələn, ağ dalmazın çiçəklərini, zirənin meyvəsini, çobanyastığı bitkisinin çiçəyini və göyəmin çiçəklərini bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Sonra bu qarışıqdan, 2 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər.

Qaraciyərin serroz xəstəliyinə qarşı zirə bitkisinin toxumunu, daziotunun və boymadərənin yerüstü hissələrindən götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığını, bir stəkan qaynar suda dəmləyib, gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir stəkan içirlər və ya zirənin və cırənin toxumları, zirənin isə meyvələrini bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 200 ml içirlər.

Böyrəkdə daş xəstəliyinə qarşı zirə meyvəsini, meşəciyələyinin və bibəriyə (rozmarin) yarpaqlarını, qatırquyruğunun yerüstü hissəsini və biyanın kökünü götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan qəbul edirlər.

Sidikqovucu kimi 3 hissə ardıc meyvəsi, 3 hissə cəfəri toxumu, 1 hissə xoruzgülü bitkisinin yerüstü hissəsi, 1 hissə zirə toxumu, 1 hissə gəndalaş çiçəyi və 1 hissə razıyana toxumu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 6 saat soyuq suda saxladıqdan sonra, onu 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 50 ml içirlər.

Öskürəyə qarşı 1 hissə cırə, 1 hissə dəvədabanı, 2 hissə lələ bitkisinin ləçəkləri, 2 hissə zirə toxumu, 2 hissə gülxətmi və 5 hissə şirinbiyan kökü götürüb, onlar doğranılıb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan soyuq suda, 2 saat saxladıqdan sonra, onu 5-7 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 50 ml içirlər.

Adi zirənin meyvəsi həm ədviyyat kimi, çörək bişirmə sənayesində, həm də qənnadı, likör və konserv sənayesində çox işlədilir. Adətən zirənin birinci il yarpaqlarından, ikinci ilin vegetasiya dövründə isə, onun özəyindən və meyvəsindən istifadə edirlər.

Gicitkən (*Urtica* L.) - Крапива

Azərbaycanda gicitkən bitkisinin 3 növü var. 2004-cü ildən başlayaraq institutun təcrübə sahəsində gicitkənin iki növü - ikievlı gicitkən (*U.dioica* L.) və dalayan gicitikən (*U.urens* L.) növləri becərilir. Gicitkənin hər iki növü Qusardan, Gəncədən və Şəmkirdən gətirilmişdir.

İkievlı gicitkən (*U.dioica* L.)

Gicitkənin bu növü hündürboylu, sürünən kökümsov gövdələrdən ibarət olan çoxillik ot bitkisidir.

Gövdəsi budaqlanmayan, dördüzlü, dalayan bərk tükcüklərlə örtülü olur. Yarpaqları qarşı-qarşıya düzülən (duran) yumurtavari

və ya ürəkşəkillidir. Bu yarpaqlar iri, kənarları isə diş-diş olur. Meyvəsi yumurtaşəkillidir. Onlar bozumontul-sarı rəngli, xırda qozcuqdur.



İkievli Gicitkən
(*Urtica dioica* L.)

Gicitikənin bu növünün çiçəklənmə və meyvə vermə müddəti əsasən iyun ayında başlayır və payıza qədər davam edir.

Respublikanın ovalıqlarından başlayıb, yuxarı dağ qurşağına qədər, necə bir alaq otu kimi, meşə kənarlarında, əkin sahələrində, bağlarda və s. geniş yayılmışdır.

Dalayan gicitkən (*U.urens* L.)

Gicitkənin bu növü alçaq boylu, üzəri dalayan tükcüklərlə örtülü olur. Hündürboylu bu növünün yarpaqları çox kiçik olur və onları gövdədən ayırmaq çətin olur. Yarpaqları uzunsaplaqlı, kənarları düzdişli, forması ellipsvaridir. Əksər hallarda, bitkilər 50-60 gündən sonra çiçək açır və meyvə verir. Meyvələri bozumontul-sarı rəngli xırda qozcuqdur. Lakin bu meyvələr olduqca xırda olduğundan, onları toplamaq mümkün olmamışdır.

Azərbaycanda alaq otu kimi əsasən Abşeronda, Kür-Araz ovalığında, Lənkəranda, Kiçik Qafqazın orta dağ qurşağına qədər bütün ərazilərdə geniş yayılmışdır.



Dalayan Gicikən
(*Urtica urens* L.)

Gicikən bitkisinin yarpaqlarının tərkibi karotin, karotionoidlər, ksantofil, xlorofil, aşı maddələri, müxtəlif vitaminlər - B₂, C vitamini, K vitaminlər ilə çox zəngindir.

B e c ə r i l m ə s i: Gicikən bitkisinin bütün növləri soyuğa davamlı bitkilərdir. Onlar qumsal və çürüntülü torpaqlarda çox yaxşı inkişaf edir. Gicikən bitkiləri torpaq münbitliyinə və rütubətliyinə qarşı, çox tələbkər bitkilərdir. Bu bitkilərin əkildiyi sahənin şumu dərin olmalıdır. Şum əsasən payız aylarında (sentyabr, oktyabr aylarında) aparılır. Lakin gicikən bitkilərinin yazda əkilməsi daha yaxşı nəticə verir. Odur ki, bu bitkilərin kökümsov gövdələri qabaqcadan hazırlanmış ləklərdə əkilir. Cərgəarası 50 sm, bitkiarası 40 sm olmaqla, bütün bitkilər 8-10 sm dərinliyinə basdırılır. Əkin başa çatdıqdan sonra, ləklər dərhal suvarılır.

İ s t i f a d ə s i : Təbabətdə gicitkən bitkisi bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də müxtəlif ciyər xəstəliklərinin, böyrək və bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində çox mühüm rol oynayır. O, eyni zamanda qan azlığına qarşı, necə bir dərman kimi istifadə olunur. Məsələn, onun yarpaqlarından hazırlanmış şirəni gündə 3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı, həmin şirənin spirtlə ekstraktını isə gündə 3-6 dəfə qəbul edirlər. Eyni zamanda gicitkən bitkisi qan azlığına qarşı, hemoqlobinin və erotrositlərin artmasına səbəb olan dərman kimi işlədilir. O, həm də, həzm sisteminin nizama salınmasında da dərman kimi qəbul edilir. Gicitkəndən hazırlanmış ekstraktın hesabına trombositlər artır və o, qanın sıxılmasını sürətləndirir. Gicitkən bitkisindən hazırlanmış preparatlar həm də stimullaşdırıcı təsirə malikdir. O, maddələr mübadiləsini yaxşılaşdırır və onun tonusunu qaldırır. Bu preparat eyni zamanda müxtəlif ciyər xəstəlikləri zamanı, qanı tənzimləyir, müxtəlif bağırsaq, böyrək xəstəlikləri, qanaxma, endokrin (daxili sekresiya) vəzlərinin xəstəliyi zamanı istifadə edilir.

Yuxarıda qeyd olunduğu kimi gicitkən bitkisi bir çox xəstəliklərin müalicəsində o cümlədən müxtəlif dəri xəstəliklərinin müalicəsində də istifadə edilir. Məsələn onun yarpaqlarından hazırlanmış şirəni irinli yaralara və suluqlara sürtdükdə yaralar tez sağalır.

Və ya ziyil olan yeri gicitkən kolu ilə daladıqda ziyillər tez bir zamanda əriyir.

- Əgər çoxlu gicitkən yeyilsə, həm ağciyərlər, həm də mədə lüzumsuz maddələrdən təmizlənir.

- Əgər gicitkənin yarpaqları və kərəviz toxumu qoyun südü ilə yeyilsə, o, şəhvəti artırır.

Ağciyər xəstəliklərinə qarşı gicitkən bitkisinin çiçəklərini, istiotu, xardalı və balı bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan cəviz böyüklükdə həblər hazırlayıb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 1 həb qəbul edirlər.

Ağciyər iltihabı-sələcəm, plevritə qarşı gicitkən toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul edilərsə, ağciyər soyuqlaması aradan qalxmış olur. Və ya, bal ilə qaymaqdan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 2-3 desert qaşığı qəbul edilir, eləcə də turp şirəsi bal ilə birlikdə qəbul edilərsə, bunun sələcəmə müsbət təsiri olur.

Bronxitə qarşı gicitkən bitkisinin qurudulmuş çiçəklərindən 1 çay qaşığı götürüb, onu 4 stəkan isti suya töküüb, 1 saatdan sonra süzüb, onu bəlgəmgətirici dərman kimi, çay əvəzinə (çay kimi) içilir.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı 2 hissə gicitkən yarpaqları, 3 hissə daziotu və 1 hissə qarğıdalı saçağını əzib qarışdırılır və bu qarışıqdan 3 xörək qaşığı qədər, 0,75 litr qaynar suya töküüb, 3 saat termosda saxladıqdan sonra süzüb, turşuluğun azalması ilə keçən xroniki kolitə qarşı, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl stəkanla içilir.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı 2 hissə gicitkən yarpaqları, 2 hissə həmərsin və 1 hissə qırxbuğum götürüb, onları əzib qarışdırırlar və qarışıqdan 3 xörək qaşığı qədər, 0,75 litr qaynar suya töküüb, 3 saat termosda dəmlədikdən sonra süzülür. Gündə 3-4 dəfə, yeməkdən 20 dəqiqə əvvəl xörək qaşığı ilə qəbul edirlər.

Revmatizmə qarşı 2 hissə gicitkən yarpağı, 4 hissə söyüd qabığı, 4 hissə qatırquyuğu, 4 hissə ağcaqayın yarpağı, 1 hissə qarğıdalı saçağı və 1 hissə ardıc meyvəsini doğrayıb qarışdırırlar. Qarışıqdan 3 xörək qaşığı qədər, 0,5 litr qaynar suya töküüb, zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, revmatik artritlərinə qarşı, hər 2 saatdan bir, isti halda 1 stəkan içirlər.

Cinsi fəallığın artırılması üçün gicitkən bitkisinin toxumunu soğanla birlikdə bişirilərək, onu çiy yumurta ilə içirlər. Və ya, gicitkənin yaşıl kütləsi suda qaynadılır və gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, onun suyu stəkanla içilir.

Yaxud: 10 q gicitkən toxumunu balla qarışdırıb, onu hər 2-3 saatdan bir, desert qaşığı ilə qəbul edirlər.

Razyana, boyana (*Foeniculum* Mill.) - Фенхель

Razyana - Kərəvizkimilər (*Apicaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid iki yaxud çoxillik ot cinsidir. Dünyada razyanın 2 növü məlumdur.

Azərbaycanda razyananın 1 növü (*F.vulgare* Mill.) becərilir. Respublikada daha çox yabanı halda yayılan bu növə, aptek şüyüdü də deyirlər. Bu bitkiyə respublikanın dağ və dağətəyi zonalarında, Abşeron yarımadasında, onun yol kənarlarında və s. rast gəlinir. Azərbaycanda bu bitkinin tarixi qədim olsa da, onun yarpaq və gövdəsindən yalnız tərəvəz kimi istifadə edirlər, toxumları isə dərman və ədviyyat kimi çox qiymətli sayılır.



Adi Razyana, Boyana
(*Foenisculum vulgare* Mill.)

2003-cü ildə İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən adi razyana (*F.vulgare* Mill.) növünün hündürlüyü 150-180 sm-dir. Onun gövdəsi dəyirmi və çox budaqlanandır. Yarpaqları çoxlələklidir. Onlar sapvari dilimli olur. Çiçək qrupunda çətirlərinin sayı 30-dək olur. Onların rəngi sarı, forması çətirşəkillidir. Toxumları yastı uzunsov formada, rəngləri isə boz olur. 1000 toxumun çəkisi 4,0 q-dır.

Razyana həm tərəvəz bitkisi, həm efir yağlı dərman bitkisidir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən razyana bitkisinin toxumlarının tərkibində 2,8% efir yağı olduğu müəyyən edilmişdir. Bir çox ədəbiyyat məlumatlarına əsasən, onun toxumlarının tərkibində 2,5-6,5%-dək efir yağı olduğu göstərilir. Bu yağın tərkibinin 40-60%-ni a n e t o l təşkil edir. Meyvəsinin tərkibində isə sarı rəngdə rəngləyici maddələr, 18-23%-dək yağ, 22%-ə qədər olein turşusu, şəkər, zülal maddələri və üzvi turşular təşkil edir. Bundan başqa, onun yağının tərkibində 10-12% keton və başqa birləşmələr olur.

Razyana bitkisindən konserv sənayesində ətirverici kimi istifadə edilir. Onun yarpaqlarından və qismən də körpə zoğlarından salat düzəldirlər. Razyananı ispanaq kimi pörtlədib yağda qovurub yeyirlər. Razyananın çiçəkləri, gövdəsi, körpə zoğları və toxumları duza qoyularaq ədviyyat kimi istifadə edilir.

Ş.A.Əliyev, M.M.Məmmədova tərəfindən Gəncədə ADAU-nun tərəvəzçilik kafedrasında Azərbaycanın razyana sortnümələri “Kürdəmir”, “Göyçay”, “Ağcabədi” və s. 6 nümunə toplanıb öyrənilmiş, onun Dünya kolleksiyasının 56 sortnüməsinə tədqiq edilmiş, becərmə texnologiyası işlənmiş və “Ağcabədi” adlı yeni sortu yaradılıb rayonlaşdırılmışdır.

B e c ə r i l m ə s i: Razyana suya tələbkar, soyuğa davamlı bitkidir. Onun toxumları mart və sentyabr aylarında səpilir. Çox tez xəstəliyə tutulan bitkidir. Ona görə də səpindən qabaq, onun toxumlarına mənənəyə qarşı xlorofos, roqor və ya karbofos çiləyirlər. Razyananın cərgəarası məsafə 50-70 sm, bitkiarası isə 20-30 sm saxlanılır. Seyrəltmə 4-5 yarpaq fazasında aparılır. Bitkilərin boyu 40-50 sm çatandan sonra, onlardan istifadə edilir. Razyana suya çox tələbkar bitkidir. Əsas qulluq işləri 8-10 dəfə suvarmadan, 3-5 dəfə alaqlarla mübarizə və hər dəfə suvarmadan sonra torpağın yumşaldılmasından ibarətdir. Razyana bitkisindən aprel ayından başlayaraq, dekabr ayının sonuna qədər, 8-10 dəfə

biçib yaşıl kütləsindən istifadə etmək olar. Toxumları isə iyul-noyabr ərzində yığıla bilər.

İstifadəsi: Hal-hazırda razyana bitkisi həm də yem bitkisi kimi istifadə olunur. İstər tibbdə, istərsə də xalq təbabətində razyana bitkisinin meyvəsindən alınan efir yağı müxtəlif dərmanların hazırlanmasında, xüsusilə də öskürəyə qarşı daha çox istifadə edilir. Onun toxumlarından tənəffüs yollarının iltihabında yumşaldıcı və bəlgəmgətirici dərman kimi istifadə edirlər. Razyana bitkisinin meyvəsindən qazqovucu, sidikqovucu, ödqovucu, qurdqovucu və əsəb sakitləşdirici dərman kimi də istifadə edirlər. Toxumlarından mədə-bağırsaq xəstəliyinə qarşı, həzm prosesini yaxşılaşdıran və köpmənin qarşısını alan vasitə kimi istifadə edirlər. Uşaqlarda həzm prosesinin yaxşılaşdırılması (sürətləndirilməsi) üçün, razyananın toxumlarından hazırlanmış “şüyüd suyunu”, onlara gündə bir neçə dəfə, bir çay qaşığı içirdirlər.

Məsələn, razyananın toxumunu suda qaynadıb, onun suyuna bal və ya şəkər əlavə edib içilərsə, o, qan damarlarını təmizləyir, təngənəfəslik aradan qalxır və ürək döyünməsinin qarşısı alınır.

Başağrılarına qarşı 60 q sənaməki (cəviz), 100 q təmiz bal, 2 q razyana toxumu, 15 q məstəki götürüb, onları narın əzdikdən sonra, qarışdırıb məcun kimi gündə 3 dəfə, hər dəfə 15 q qəbul edirlər.

Daha bir resept: - 6 q hindistan müşk cəvizi, 6 q razyana toxumu, 6 q ladan, 6 q darçın və 10 q narın şəkər götürülüb, əvvəl onları döyüb (əzib), sonra qarışdırırlar və gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 mürəbbə qaşığı qəbul edirlər.

Razyananın meyvələrini suda qaynadıb gündə 3 dəfə suyunu stəkanla içirlər.

Yaxud: razyananın meyvələrini yandırıb, onun tüstüsünü buruna çəkirlər.

Və ya, 100 q razyana toxumu və 100 q xına götürüb, üstünə lazımı (istənilən) qədər su qatıb, qaynadırlar və sıyıq halında onu ayaqlara sürtürlər.

Tənəffüs yollarını bəlgəmdən təmizləmək üçün, bala bir qədər duz əlavə edib yeməli və ya, razyananın toxumlarını suda qaynadıb, onun suyunu gündə bir neçə dəfə içməli.

Qaraciyər serrozuna qarşı 150 q nanə, 150 q razyana və 15 q məstəki götürüb, əvvəl onları həvəngdə əzib, sonra balla qarışdırıb məcun kimi onu gündə 2 dəfə (səhər və axşam) 1 xörək qaşığı qəbul etməli.

Daha bir resept: - razyananı, kərəvizi və çobanyastığı bitkilərini suda qaynadıb, onların suyunu stəkanla içməli. Və ya, kərəvizi və razyananı ayrı-ayrılıqda suda qaynadıb, onların suyundan bir gün birindən, o biri gün digərindən 100-150 ml içməli.

Yaxud: 5 q yovşan, 5 q çobanyastığı, 5 q ayırıqotu, 5 q zirə, 5 q razyana, 5 q kasni, 5 q bağ sarmaşığı, 5 q cirə və 5 q kərəviz toxumu götürüb, onları suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, onu hər səhər acqarına istənilən qədər içirlər.

Əl və ayaqların titrəməsinə qarşı ilk növbədə, bədən möhkəm və sağlam olan adamlardan qan alınır.

2. Daha çox kükürlü su hamamından istifadə olunur və masaj edilir.

3. 60 q armud, 60 q innab, 60 q keşniş, 15 q gül, 15 q razyana və 1000 q su götürüb, onların dördüdə biri qalana qədər qaynadılır. Alınmış mayedən gündə bir neçə dəfə, xörək qaşığı ilə qəbul edilir.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə və köpə qarşı 1 hissə cirə, 1 hissə razyana, 1 hissə zirə və 2 hissə nanə götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda 30 dəqiqə dəmləyirlər, sonra onu süzüb, mədə sıxılmalarına və bağırsaqlarda çox qaz əmələ gəlməsinə qarşı, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 25 q nanə yarpağı, 25 q zirə toxumu, 25 q razyana toxumu və 25 q pişikotu kökünü doğrayıb qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, xroniki xəstəliklərdə köpmənin qarşısını almaq üçün, səhər və axşam, hər dəfə 1 stəkan içirlər.

Ürək xəstəliklərinə qarşı 25 q pişikotu kökü, 25 q damotu, 25 q razyana toxumu və 25 q zirə toxumunu əzib qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suya töküüb dəmləyirlər və gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər. Bu resept sinir sistemi oyanmalarını aradan qaldırır və ürək döyüntüsünü sakitləşdirir.

Yüksək hərarət nəticəsində əmələ gələn baş ağrılarını aradan qaldırmaq üçün, razyananı suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, onun suyunu stəkanla içməli.

Yaxud: - 6 q hindistan müşk cəvizi, 6 q razyana, 6 q ladan, 6 q darçın və 10 q şəkər götürüb, ona bir qədər su qatıb, sıyıq halında xəstənin ayaqlarına sürtürlər.

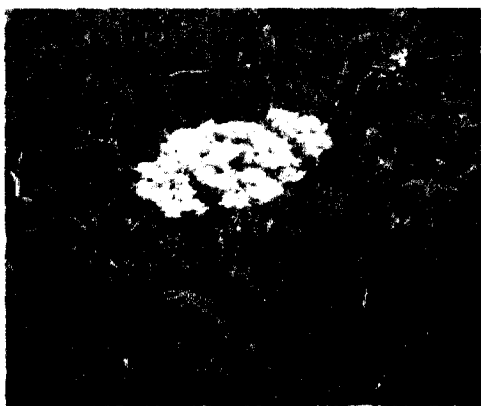
- Razyananın toxumlarını yandırıb, onun tüstüsünü buruna çəkirlər.

Pişikotu (*Valeriana* L.) - Валериана

Pişikotu - Pişikotukimilər (*Valerianaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Dünyanın hər yerinə yayılmış *Valeriana* cinsinin 200 növü var. Onlardan 8 növü Azərbaycanda bitir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dərman pişikotu *V.officinalis* L. növü, təbabətdə ən çox istifadə olunan bitkilərdəndir. Onun hündürlüyü 65-130 sm-dir. Pişikotu bitkisinin bu növü, çoxlu sayda, ətli kökümsovlara malikdir. Bu kökümsovlardan əmələ gələn bitkilərdə, adətən birinci ili kök ətrafı rozet, ikinci ili isə hündürboylu, üzəri şırımlı gövdələr əmələ gəlir. Gövdə üzərində yarpaqlar qarşı-qarşıya düzümlü

olur. Onlar t k l l k  killidir.       r  xırda, solğun sarımtıl rəngində olur. Bu hama        r g v d nin uc hissəsində, topa şəklində yerləşir. Boru  illi      tacı 5 l   klidir. Erk kcikl r nin sayı 3-d r. Meyvəsi bir toxumlu toxumcuqdur.



Dərman pişikotu
(*Valeriana officinalis* L.)

Bu bitki may-avqust aylarında     k açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Dərman pişikotu əsasən respublikanın Böyük Qafqazın, Quba rayonu ərazisində geniş yayılmışdır. Lakin ona Kiçik Qafqazın demək olar ki, mərkəzi hissəsində də, Kür düzənliyində, meşə kənarlarında, çay kənarlarında, kolluqlarda və s. rast gəlinir.

Tibbdə dərman kimi, pişikotunun ətli kökündən v  kökümsovlarından istifadə edirlər. Onun kökü v  k k msovlarını payız aylarında toplayırlar. Toplanmış material əvvəl bitkinin y r st  hissələrindən təmizlənir, sonra onlar yuyulur v  kölgə yerdə qurudulur. Qurudulma müddəti uzandıqca (daha çox davam etdik ), bitkil r n k kl r nd n bir o qədər çox ətirli iy gəlir.

Pişikotunun tərkibində 0,5-2% efir yağı var.  d biyyat məlumatlarına əsasən, dərman pişikotu bitkisinin tərkibində sərbəst valerian turşusu, borneol, sirkə, qarışqa v  ya  turşuları,

müxtəlif terpenlər və qlikozidlər olduğu müəyyən edilmişdir. Bunlardan başqa, təzə yığılmış dərman pişikotu *V. officinalis* bitkisinin tərkibində valenotriatlar adlanan mürəkkəb birləşmələrin olduğu da müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Pişikotu bitkisi işıq intensivliyinə və torpaq münbitliyinə qarşı çox tələbkar bitkidir. Pişikotu bitkisini kökümsov gövdələri ilə çoxaldılması daha məqsədə uyğundur. O, çox yaxşı nəticə verir. Bizim təcrübə sahəsində onun kökümsov gövdələri cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Cərgəarası 50 sm, bitkiarası 40 sm saxlanılmışdır. Pişikotu bitkisinin kökümsov gövdələri əkildikdən sonra ləklər dərhal suvarılır.

İ s t i f a d ə s i : Müasir təbabətdə pişikotu bitkisinin köklərindən hazırlanan preparatlar sinir sistemi xəstəliklərində və ürək-damar sisteminin nevrozunda daha çox istifadə edilir. O, eyni zamanda ürək fəaliyyətini artıran və qocalmanın qarşısını alan vasitə kimi işlədilir. Bundan başqa pişikotu bitkisinin köklərindən hazırlanmış preparatlar sidikqovucu, təzyiqi aşağı salan və tac damarlarını genişləndirən vasitə kimi də istifadə olunur. Lakin insanlar bu preparatlardan fərqli olaraq, başqa təbii bitkilərdən də istifadə olunmasına daha çox üstünlük verirlər.

Məsələn, yuxusuzluğa qarşı 20 q pişikotunun kökü və kökümsovunu, 20 q bədrənc bitkisinin yarpağını və 5 q maya sarmaşıq bitkisinin qozasını götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynamış su töküb dəmləyirlər. Sonra, onu süzüb, hər axşam, bir stəkan içirlər.

Yuxugətirici dərman kimi 20 q pişikotu kökü və kökümsovu, 20 q maya sarmaşıq bitkisinin qozasını götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml soyuq su töküb, 30 dəqiqə saxlayırlar. Sonra onu, 10 dəqiqə qaynatdıqdan sonra süzürlər. Alınan ekstraktdan hər axşam bir stəkan içirlər.

Nevroz, ürəkdöyünməsi və yuxusuzluğa qarşı 20 q bədrənc bitkisinin yarpağı, 20 q yemişan çiçəyi, 30 q pişikotunun

kökümsovu və 30 q damotunun yerüstü hissəsini götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 300 ml qaynamış su töküb, dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Ürək xəstəliklərində sakitləşdirici vasitə kimi 30 q nanə yarpağı, 30 q damotu, 20 q pişikotu kökü və 20 q mayaotu qozası doğrayıb qarışdırılır. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 2-3 xörək qaşığı içirlər. Bu resept ürək ağrılarında, yuxusuzluqda və sinir sisteminin oyanmalarında istifadə edilir.

Ürək xəstəliklərində əsəbiliyə və yuxusuzluğa qarşı 20 q pişikotu kökü, 30 q çobanyastığı çiçəyi və 50 q zirə toxumu doğranıb qarışdırılır. Bu qarışığın 1/3 hissəsini, 4 stəkan qaynar suda 30-40 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yarım stəkan içirlər. Bu, daha çox əsəbilikdən və yuxusuzluqdan əziyyət çəkən xəstələr üçün nəzərdə tutulur.

Ürək-sinir sistemi oyanmalarına qarşı 25 q pişikotu kökü, 25 q damotu, 25 q razyana toxumu və 25 q zirə toxumunu əzib qarışdırırlar. Qarışıqdan bir xörək qaşığını, bir stəkan qaynar suya töküb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər. Bu resept sinir sistemi oyanmalarını aradan qaldırır və ürək döyüntüsünü sakitləşdirir.

Müxtəlif ürək ağrılarına qarşı 30 q pişikotu kökü, 20 q boymadərən və 20 q cirə toxumunu doğrayıb qarışdırırlar. Sonra bu qarışıqdan, bir xörək qaşığı qədər, bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər. Bu ürək ağrılarına qarşı hesablanmış reseptdir.

Ürək fəaliyyətinin gücləndirilməsi üçün inciçiçəyi bitkisinin çiçəkləri - 10 q, razyana toxumu - 20 q, nanə yarpağı - 30 q və pişikotu kökü - 40 q götürüb onlar doğranıb sonra qarışdırılır. Qarışığın 1/3 hissəsini götürüb onu, 3 stəkan qaynar suda, 25-30

dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Pişikotu həm də xolesistit və xolangit xəstəliklərinə qarşı da istifadə edilir. Bunun üçün, 20 q nanə yarpağı, 20 q pişikotunun kökü və kökümsovu, 20 q acı yovşanın yerüstü hissəsi və 30 q daziotunu qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan 10 q götürüb, onun üzərinə 200 ml su töküüb, isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Bu dəmləmədən gündə 2-3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Sidik ifrazının gücləndirilməsi üçün 10 q pişikotunun kökünü suda qaynadıb suyunu içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı pişikotunun kökü, kəcəvərin kökümsovu, qızılçətir bitkisinin yaşıl kütləsi, zirə toxumu, cirə toxumu, çobanyastığı çiçəyi, nanə yarpağı və boymadərənin yerüstü hissəsinin hər birindən 10 q götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 çay qaşığı, 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb mədə və onikibarmaq bağırsağın yara xəstəliyinə qarşı gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl içirlər və ya pişikotunun doğranmış köklərindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda 15 dəqiqə zəif od üzərində saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə xörək qaşığı ilə içirlər.

Qan təzyiqinin yüksək olması - Hipertoniya xəstəliyinə qarşı pişikotunun kökü və kökümsov gövdəsindən 10 q götürüb, onu bir stəkan qaynar suya töküüb, 30 dəqiqə qaynadırlar. Sonra qarışığı 2 saatdan sonra süzülər və gündə 3-4 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı içirlər və ya, 20 q zirə toxumu, 10 q kiçik qıfotu, 20 q pişikotunun kökü və 20 q yemişan çiçəyi götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, bir stəkan qaynar suya töküüb onu 20-25 dəqiqə dəmləyib, bu ekstraktı gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Eləcə də pişikotunun kökünü həvəngdə narın əzib, toz halında ondan gündə 2-4 dəfə, hər dəfə 1-2 q qəbul etmək olar.

Xroniki gastrit xəstəliklərinə qarşı 10 q nanə yarpağı, 30 q pişikotunun kökü və kökümsovu, 30 q sürvə yarpağı və 40 q çobanyastığı çiçəyini qarışdırırlar. Bu qarışıqdan, bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynamış su töküb, dəmə qoyurlar. Sonra onu süzüb, bu ekstraktdan gündə 4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Öd kisəsi və mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı, 10 q zirə toxumu, 10 q razyana toxumu, 20 q çobanyastığı çiçəyi, 20 q pişikotunun kökü və kökümsovu, 20 q nanə yarpağını qarışdırırlar. Bu qarışıqdan, bir çay qaşığı götürüb, onun üstünə 200 ml qaynamış su töküb, dəmə qoyurlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı içirlər.

Onu da qeyd etmək lazımdır ki, apteklərdə satılan pişikotunun kökündən hazırlanmış spirtli cövhər, ürək ağrılarını, nevrozu, həyəcanlanmanı və yuxusuzluğu aradan qaldıran təbii vasitədir.

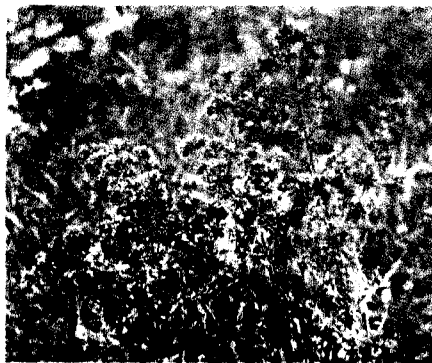
Nəzərə almaq lazımdır ki, pişikotunun spirtli cövhərini normadan artıq qəbul etmək olmaz, çünki o, yuxusuzluğa və iş qabiliyyətinin azalmasına səbəb ola bilər.

Qaraqınıq (*Origanum* L.) - Душица

Qaraqınıq - Dalmaz (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid olan çoxillik ot bitkisidir. Avropa, Aralıq dənizi ölkələrində və Orta Asiyada qaraqınıq cinsinin 8 növü yayılmışdır.

Azərbaycanda qaraqınıq bitkisinin yabanı halda, yalnız 1 növü, adi qaraqınıq (*O.vulqare* L.) növü bitir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən *O.vulqare* L. növünün körpə bitkiləri 2009-cu ildə, respublikanın şimali-qərb bölgəsi (Şəki) ərazisindən toplanmışdır. Onun hündürlüyü 30-65 sm-dir. Gövdəsi dikduran, dördüzlü, üzəri sıx, yumşaq tükcüklərlə örtülü olur. Budaqlanma əsasən bitkilərin yuxarı hissəsindən başlayır. Yarpaqları qısa saplaqlı, uzunsov-yumurtaşəkillidir. Onlar növbə ilə düzümlüdür.

Çiçəkləri xırda, bir-birinə sıxılmış çiçək atlığı üzərində qalxanvari hamaşçiçəkdir. Erkəkciklərinin sayı 4-dür. Onların ikisi uzun, ikisi isə qısa boyludur. Meyvəsi 4 toxumlu qutucuqdur.



Adi Qaraqınıq
(*Origanum vulgare* L.)

Adi qaraqınıq bitkisi may-iyun ayından başlayaraq çiçək açır, iyul-sentyabr aylarında isə toxumu yetişir.

Qaraqınıq bitkisinə daha çox respublikanın düzənliklərində, subalp qurşağına qədər olan ərazilərdə, meşə kənarlarında, alacıqlarda, kolluqlarda, çəmənliklərdə, bağlarda və s. rast gəlinir.

Təbabətdə dərman kimi adi qaraqınıq bitkisinin ən çox yarpaqlarından və çiçəklərindən istifadə edirlər. Onun çiçəklərinin tərkibində 0,5-1,5% efir yağı var. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən bu efir yağının tərkibinin 20%-ni timol, karbaktrol, tuyol, diperten və terpinen təşkil edir. Bundan başqa, onun çiçəklərinin tərkibində 8% taninlər və aşı maddələri olduğu da müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Adi qaraqınıq bitkisi soyuğa davamlı, rütubətə isə çox tələbkardır. O, qumsal, gillicə və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir.

Qaraqınıq bitkisinin köklü gövdələri institutun təcrübə sahəsində cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Onun cərgəarası məsafə 50 sm, bitkiarası isə 40 sm götürülmüşdür.

Bu bitki Abşeron şəraitində 8-10 C° -də inkişaf edir.

İstifadəsi: İstər tibbdə və istərsə də xalq təbabətində adi qaraqınıq bitkisinin çiçəklərindən daha çox kəskin və xroniki bronxit xəstəliyinə qarşı istifadə edirlər. Ondan həm də, mədə-bağırsaq spazmasına və müxtəlif qaraciyər xəstəliklərinə qarşı istifadə edirlər. Bundan başqa, adi qaraqınıq bitkisi bəlgəmgətirici və tərlədici dərman kimi də işlədilir. Məsələn, qaraqınıq bitkisinin yarpaq və çiçəkləri çay kimi dəmlənib içilərsə, o, çox güclü tərlədici xassəyə malikdir. Bunun üçün 2 çay qaşığı qaraqınıq bitkisinin qurudulmuş yarpaq və çiçəklərdən götürüb, onu 2 stəkan suda dəmləyib, gündə 3 dəfə içmək lazımdır.

Qastrit - mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi və çobanyastığı çiçəkləri bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 4 çay qaşığı qədər, iki stəkan qaynar suya töküüb, 10 dəqiqə qaynadılır. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə iki dəfə, səhər və axşam stəkanla içməli. Bu mədə spazmalarının və bağırsaqlarda əmələ gələn qazın qarşısını alır. Qeyd etmək lazımdır ki, qaraqınıq bitkisini qəbul edilməsi hamilə qadınlar üçün zərərliidir.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsindən bir çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 2 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-120 ml içməli.

Bəlgəmgətirici dərman kimi 10 q qaraqınıq bitkisinin yarpaq və çiçəklərindən, 20 q dəvədabanı yarpağından və 20 q gülxətimi bitkisinin kökündən götürüb, qarışdırırlar. Bu qarışıqdan, 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynamış su töküüb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Öskürəyə qarşı 1 hissə qaraqınıq bitkisinin yaşıl kütləsi, 2 hissə gülxətmi kökü və 2 hissə dəvədabanı yarpağı götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığını, 2 stəkan qaynar suda 20 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən sonra 200-250 ml içirlər.

Revmatizmə qarşı 1 hissə qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi, 2 hissə dəvədabanı yarpağı, 2 hissə moruq meyvəsini və 2 hissə gəndalaş çiçəkləri götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suya töküüb, 5-10 dəqiqə qaynadılır. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 200-250 ml içirlər.

Süd azlığına qarşı cirə toxumu, şüyüd toxumu, razyana toxumu və qaraqınıqotundan bərabər miqdarda götürüb, əvvəl onları əzib qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya töküüb 3 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə 1 stəkan içirlər.

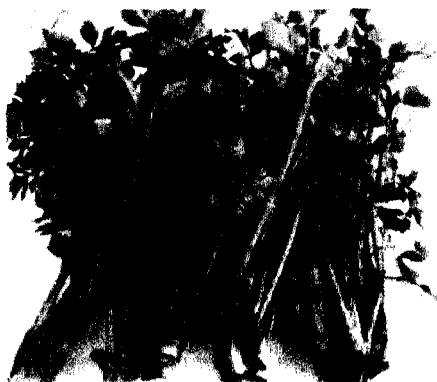
Tərlədici və hərərətsalıcı dərman kimi 15 q moruq meyvəsi, 15 q cökə çiçəyi, 15 q yatıqqanqalı, 15 q qaraqınıq çiçəkləri, 10 q novruzgülü çiçəyi, 20 q atpıtrağı bitkisinin kökünü qarışdırırlar və bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzürlər və alınan ekstraktan gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 80-100 ml, isti halda yeməkdən 30 dəqiqə sonra içirlər.

Müxtəlif dəri xəstəliklərinə və ekzemaya qarşı 100-200 q qurudulmuş qaraqınığı 2-3 litr suda dəmləyirlər və onunla yaraları vanna edirlər və ya, yaraların yuyulması üçün 20 q qaraqınıq yarpaq və çiçəklərini 2-3 litr suda dəmləyirlər. Sonra onunla yaraları yuyurlar.

Kərəviz (*Apium L.*) - Сельдерей

Kərəviz - Kərəvizkimilər (*Apiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid olan ikiillik ot bitkisidir. Onun vətəni Aralıq dənizi ölkələridir. Kərəvizin dünyada 20-ə qədər növü var.

Azərbaycanda kərəvizin yabanı halda 1 növü - iyli kərəviz (*A.graveolens* L.) növü əsasən Xəzər sahillərində, Dəvəçidə Şöznəhur ərazisində, Qala altında yayılıb. O, ən çox Abşeronda, Kür-Araz ovalığında, Lənkəranda, Gəncədə və s. mədəni halda becərilir. Bəzi ədəbiyyat mənbələrində kərəvizin mədəni halda becərilən bir yarım növü, bu yarım növün isə 3 növmüxtəlifliyi olduğu göstərilir.



Iyli kərəviz
(*Apium graveolens* L.)

Bizim təcrübə sahəsində becərilən kərəviz bitkisini toxumları Naxçıvandan, Gəncədən və Bakı ətrafı kəndlərdən toplanmışdır. 2003-cü ildən başlayaraq təcrübə sahəsində becərilən bu bitkinin, 3 növ müxtəlifliyi üzərində fenoloji müşahidələr aparılmış və onların morfoloji xüsusiyyətləri öyrənilmişdir. Məlum olmuşdur ki, bu yarım növün formaları bir-birindən kollanmalarına, yarpaqlarının formasına və qismən də boylarına görə bir-birindən fərqlənirlər.

Kərəvizin boyu 60-85 sm-dir. O, mil kök sistemində malik, ətli, yoğun köklü, ətirli bitkidir. Kərəvizin bütün formaları kökümeyvə vermir. Onun kökümeyvə verən formalarında kökü yumru, səthi isə ağ-sarımtıl rəngdə olur. Yarpaqları parlaq, açıq-yaşıl rəngdə olur. Çiçəkləri xırda, rəngləri ağ, qısa saplaqlıdır.

Toxumları çox xırda olur. Onların forması yumru, boz-qonur rəngdə olur. 1000 toxumun kütləsi 0,9 qramdır.

Kərəvizin əsas bioloji xüsusiyyəti, onun ikiillik və çoxillik olmasıdır. Adətən kərəvizin birinci vegetasiya dövründə, bitkilərdə iri yarpaq qrupu, bəzi formalarında isə, kök meyvələri əmələ gəlir. Yerüstü hissəsi tez-tez biçildikdə, özəkləməyə imkan tapmır və çoxillik səbzə bitkisinə çevrilir.

Kərəvizin ikinci bioloji xüsusiyyəti isə, onun bəzi formalarında kökmeyvə və ətli, iri yarpaq əmələ gəlməsidir. Adətən ehtiyat qida maddələri həmin hissələrdə toplanır və oradan da toxumlara sərf olunur.

Kərəvəz bitkisi iyun ayında çiçək açır, iyulda toxumu yetişir.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən kərəviz bitkisinin toxumlarının tərkibində 2,5-3 % efir yağı var. Onun 100 qram yarpağında 108 mq-dək askorbin turşusu və 10-12 mq karotin, meyvəsinin tərkibində şəkər, kalium, kalsium və fosfor duzları olur.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən kərəviz bitkisinin toxumlarının tərkibində 2,6% efir yağının olduğu müəyyən edilmişdir. Onun bütün hissələri timin və nikotin turşuları ilə zəngindir.

Adətən, kərəviz bitkisinin yarpaqlarından ədviyyat kimi, kökümeyvələrindən isə tərəvəz kimi istifadə olunur. Kərəviz ən çox dovğada, müxtəlif xörəklərdə və salatlarda işlədilir. Onun özünə məxsus xoş iyi var. Onu başqa göyərtilərlə birgə qurudub ədviyyat kimi istifadə edirlər. Tərəvəzin duza qoyulmasında ədviyyə kimi istifadə olunur.

B e c ə r i l m ə s i: Kərəviz soyuğa davamlı bitkidir. Onun toxumlarını dekabr ayında yaxud mart ayının əvvəllərində səpmək məsləhətdir. Kərəviz əkilən sahə qabaqcadan səpinə hazırlanmalıdır. Əgər səpin mart ayının əvvəllərində aparılması nəzərdə tutulursa, sahə payızda şumlanmalıdır. Kərəviz əkilən sahə malalandıqdan sonra, mart ayında toxum səpilir. Əgər səpin dekabr ayında aparılırsa, bütün işlər elə dekabr ayında da görülür.

Əgər toxum iyun ayında səpilirsə, o, payızda məhsul verir və kərəvizin yarpaqlarından bir neçə dəfə məhsul götürmək mümkün olur.

Kərəvizin toxumları gec cücərəndir. Bu səbəbdən onun toxumları əvvəlcədən (səpindən 2-3 gün qabaq) isladılır. Səpin aparılarkən toxumların suyunu çəkirlər, sonra onu səpirlər. Bizim təcrübə sahəsində səpin cərgə üsulu ilə aparılmışdır. Cərgəarası 30-45 sm, bitkiarası 20 sm saxlanmışdır. Kərəviz bitkisinin toxumları 1-1,2 sm dərinliyinə səpilir. Toxum cücərəndən sonra, onu tez-tez suvarırlar. Kərəvizi şitil ilə də artırmaq mümkündür. Əkin üçün, şitillər 50-60 günlük olmalıdır.

İ s t i f a d ə s i: Təbabətdə kərəviz bitkisindən əcazılıq sənayesində istifadə olunan efir yağı alınır. O, aşbazlıqda və konserv sənayesində daha çox işlədilir.

Təbabətdə onun təzə yarpaqlarından və toxumlarından hazırlanmış cövhərdən böyrək daşlarının tökülməsində istifadə edirlər. Bundan başqa, kərəviz bitkisinin müxtəlif hissələrindən hazırlanmış cövhər orqanizmdə yeni başlanan şəkər xəstəliyinə, ürək və ciyər xəstəliklərinə qarşı istifadə edilir.

Məsələn, çobanyastığı və kərəviz bitkilərini ayrı-ayrılıqda suda qaynadıb, onların suyu növbə ilə içilərsə, kiçik böyrək daşları belə tökülür.

Böyrək və sidik kisəsindəki qumlara qarşı xəstə gündə 3 dəfə, kərəviz şirəsi içilməlidir. Yaxud, kərəviz, razyana və ayrığıotu bitkilərinin hər birindən, bir dəstə götürüb, onları suda qaynadıb, alınan mayeni gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içməli.

Daha bir resept: - kərəviz, nanə və palıd qozasını suda qaynadıb, onların suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içməli. Və ya, kərəvizin yaşıl kütləsini suda qaynadıb onun suyundan bol-bol içilərsə, o, böyrəkdəki daşları əridir.

Qaraciyər xəstəliklərinə qarşı solmaz çiçəyi bitkisinin çiçəkləri, yovşan bitkisinin yaşıl kütləsi, razyana toxumu və nanə yarpaqları - bunların hər birindən 20 q götürüb qarışdırılır. Bu

qarışıqdan 2 xörək qaşığı, 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15-20 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içirlər və ya, razyana, kərəviz və çobanyastığı bitkilərindən kifayət qədər götürüb, onları suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Eləcə də kərəviz və razyana bitkilərindən istənilən qədər götürüb, onları ayrı-ayrılıqda suda qaynadıb, alınan mayelərin bir gün birindən, o biri gün ikincisindən, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Qarın boşluğunda yığılmış suyun çəkilməsi üçün noxud, kərəviz və cəfəri bitkilərindən kifayət qədər götürüb, onları suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, suyunu stəkanla içirlər və həmin günü xəstə heç bir şey yeyilməməlidir. Bu müalicə bir neçə dəfə təkrar olunarsa, qarın boşluğundakı suyun çəkilməsi sürətlənir.

Sidik yolunun iltihabına qarşı əgər sidik ifrazının çətinləşməsi soyuqdan baş veribsə, çobanyastığı ilə kərəviz şirəsi, əgər istidən baş veribsə, arpanı suda qaynadıb onun suyunu içmək lazımdır.

Damarların aterosklerozuna, sidik ifrazının çətinliyinə, mədə və qaraciyər sancılarına qarşı 10 q razyana kökü, 10 q kərəviz, 10 q ayrıq kökü, 10 q razyana toxumu, 10 q kərəviz toxumu, 10 q cırə, 5 q sünbül və 5 q baldırğan götürüb qarışdırılır, sonra qaynadılır. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Nəhayət 60 q kərəviz şirəsi içilərsə, üstündən kasni və ya kahı yeyilir, sonra kərəvizin toxumlarından 3 q qəbul edilir və üstündən yenə də kahı yeyilir. O, tənqənəfəsliyi, bağırsaqlarda əmələ gəlmiş qazları aradan qaldırır, böyrəklərdə və sidik kisəsindəki qumları əridir.

Dərman rozmarin (*Rosmarinus officinalis* L.) - Розмарин лекарственный

Rozmarin - Dəlamaz (*Lamiaceae*) fəsiləsinə aid yarımkol bitkidir. O, efir yağlı bitki kimi, Avropanın (İngiltərə, Fransa, İtaliya) ərazilərində, onların cəngəlliklərində, parklarında, bağlarında və s. mədəni halda becərilir. Rozmarina bitkisi Fransanın cənubundan başlayaraq, Afrikanın (Asiya, Tunis) ərazilərində, Kiçik Asiyada və Qafqazda geniş yayılmışdır. Rozmarinin vətəni Aralıq dənizi sahili ölkələri sayılır. Lakin Azərbaycanda da yabani halda çox yayılmış adi bitkilərdəndir.



Dərman Rozmarini
(*Rosmarinus officinalis* L.)

Azərbaycanda rozmarin necə bir efir yağlı dərman bitkisi kimi, mədəni halda bütün bağlarda və bağçalarda becərilir. O, 50-100 sm hündürlüyündə bitkidir. Gövdəsi dikduran yaxud qalxanvaridir. Rozmarin güclü budaqlanan, boz-yaşıl rəngdə bitkidir. Yarpaqları çox qısa saplaqlı, ucları küt və ya xətvəri formada olur. Onlar uzunsov, qarşı-qarşıya düzüləndir. Çiçəkləri mavi rəngdə olub, yarpaqların qoltuğunda toplanaraq çiçək

salxımı əmələ gətirir. Kasa yarpaqları yumurtaşəkillidir. Meyvələrinin rəngi boz, səthi isə hamar olur.

Rozmarin bitkisi aprel ayından başlayaraq, payız aylarının sonuna qədər çiçək açır və meyvə verir.

Təbabətdə dərman hazırlamaq məqsədilə, rozmarin bitkisinin yarpaqlarından istifadə edirlər. Onun yarpaqlarının tərkibində 1-2% efir yağı, 85% taninlər var. Bu efir yağının 17-30% sineol, 30% pinen, borneol və başqa terpenlər təşkil edir.

B e c ə r i l m ə s i : Dərman rozmarini (*Rosmarinus officinalis* L.) bitkisi soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə, torpaq münbitliyinə qarşı, çox tələbkar bitkidir. O, 6-10 C^o temperaturda normal inkişaf edir. Əsasən kökümsov gövdələri ilə çoxaldılır. İstiyə davamlı bitkidir. Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun ərazisində rozmarin bəzək bitkisi kimi becərilir.

İ s t i f a d ə s i : Rozmarin dərman bitkisi kimi, bir çox xəstəliklərin, o cümlədən də, mədə-bağırsaq, sarılıq, qaraciyər, dalaq xəstəliklərinin və s. müalicəsində çox mühüm rol oynayır.

Məsələn, mədə-bağırsaq pozulmalarına qarşı rozmarin bitkisinin yarpaqlarını çay kimi dəmləyərək, onu gündə 3 dəfə içirlər. Bundan başqa, rozmarin bitkisi həzm sistemini yaxşılaşdırır və damarları genişləndirir. Bunun üçün, 2 çay qaşığı doğranmış yarpaqları, bir stəkan suda dəmləyib, gün ərzində onu içirlər. Yarpaqların dəmləmə üsulundan istifadə edərək, eyni tərkibli dəmləmə ilə həm qar-qara, həm də kompres etmək olar. Ümumiyyətlə, rozmarin bitkisinin yarpaqlarını dəmləyib, onu çay kimi içdikdə, o ürəyə, ağciyəre və beyinə müsbət təsir göstərir, həmin orqanların fəaliyyətini qüvvətləndirir, qan damarlarını genişləndirir. Onun balla hazırlanmış məlhəmini yaralara sürtdükdə, yaralar tez sağalır.

Məsələn, ağız boşluğu iltihabına qarşı rozmarin bitkisinin yarpaqlarını çay kimi dəmləyərək, onunla ağız boşluğunu bir neçə dəfə qar-qara edirlər.

Soyuqdəymədən əmələ gəlmiş göz ağrılarını aradan qaldırmaq üçün rozmarin bitkisinin yarpaqlarından götürüb, gözün üstünə qoyduqda, onun müalicəvi təsiri olur.

Revmatizmdən əziyyət çəkənlər rozmarinin efir yağını spirtlə (2:100) nisbətində məhlulunu hazırlayıb, onu ağrı olan yerlərə sürtərsə, ağrıları sakitləşdirir.

Öd ifrazının tənzimlənməsi üçün rozmarin bitkisindən hazırlanmış dəmləmə ilə vanna və ya kompres etməklə, öd ifrazındakı çatışmazlıqlar aradan qalxır.

Böyrək-sidik kisəsində quma qarşı rozmarinin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, gündə 4-5 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içmək lazımdır.

Bir çox hallarda bəzi xəstəliklərin müalicəsi üçün, bir bitki deyil, bir neçə bitkinin iştirakı tələb olunur. Məsələn, sidikqovucu və iltihabı xəstəliklərinə qarşı rozmarin və sürvə bitkilərinin yarpaqlarından, qatırquyruğu və daziotu bitkilərinin yerüstü hissələrindən və lobyanın yarpaqlarından bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu 6 saat, bir litr suda saxlayırlar. Sonra onu 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gün ərzində 3-4 dəfə, hər dəfə, bir stəkan içirlər.

Yaxud: 25 q rozmarin bitkisinin şirəsindən (şirəyə bir qədər bal və sirkə əlavə olunur), hazırlanmış şərbəti, gündə 3 dəfə qəbul edilərsə, o, sidik ifrazını gücləndirir, qaraciyər və dalaq xəstəliklərinə müalicəvi təsir göstərir.

Sidik kisəsinin və sidik yollarının xəstəliklərinə qarşı ardıc meyvəsi, rozmarin (bibəriyə) yarpağı və qatırquyruğunun yaşıl kütləsi bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığını, 1 stəkan soyuq suya töküüb, 6 saat saxladıqdan sonra, onu 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam) yemək vaxtı 100-150 ml içirlər.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24	Cəl sarmaşığı <i>Convolvulus arvensis</i> L.	14. IV köklü	-	50x50	23. VI	132. VII	27. VII-104	-	-	-
25	Adi zirə <i>Carum carvi</i> L.	23. III	18. IV	30x30	16. VI	16. VIII	10. IX-169	-	3-6	14-22
26	İkivli gicitkən <i>Urtica dioica</i> L. Dalayan gicitkən <i>Urtica urens</i> L.	19. IV köklü	-	30x10	23. VI	27. VIII	03. IX-136	-	-	-
27	Adi rəzyana, boyana <i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	14. III	7. IV	50x30	23. VI	19. VIII	2. IX-141	4,0	2,8	18-23
28	Dərman pişikotu <i>Valeriana officinalis</i> L.	17. IV köklü	-	50x50	29. V	3. VIII	12. IX-147	-	0,5-2	+
29	Adi qaraqıyq <i>Origanum vulgare</i> L.	15. IV köklü	-	50x40	23. V	19. VIII	12. IX-149	-	0,5-1,5	-
30	İyli kərəviz <i>Apium graveolens</i> L.	14. IV	23. V	30x20	19. VI	30. VI	17. VII-94	0,9	2,6	-
31	Dərman rozmarini <i>Rosmarinus officinalis</i> L.	-	-	-	17. IV	24. IX	13. X-209	-	1-2	-

Ürək döyünməsinə qarşı bir çox hallarda ürək istidən daha çox döyünməyə başlayır. Reyhan, rozmarin, andız kökü, darçın, mixəyin - hər birindən bir xörək qaşığı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıq suda qaynadılır. Sonra onu süzüb, gündə 4-5 dəfə, hər dəfə 100-120 ml içirlər. Bu, ürəyin fəaliyyətini gücləndirir, qan dövranını tənzimləyir.

Bağırsaqlarda qaz toplanmasına qarşı rozmarini (bibəriyəni) suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməklə, qarında köp ağrıların və narahatlığın qarşısı alınır.

Həzmetmə pozğunluqlarına qarşı 5 q nanə, 5 q bibəriyə və 5 q adaçay götürüb, onları suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, suyunu içmək lazımdır.

Əl və ayaqların titrəməsinə qarşı 20 q doğranmış kəbabiyə və 50 q doğranmış keşniş bitkisinin yaşıl kütləsini götürüb qarışdırırlar. Sonra onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 10-15 q su ilə içirlər.

Yovşan (*Artemisia* L.) - Полынь

Yovşan - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir.

Azərbaycanda yovşan cinsinin (*Artemisia* L.) yabanı halda 16 növü var. Onlardan yalnız 1 növü - Acı yovşan (*A. absinthium* L.) institutun təcrübə sahəsində becərilir. Onun kökümsov gövdələri 2009-cu ildə Şəki ərazisindən toplanmışdır.

Acı yovşan çox güclü inkişaf etmiş, kök sisteminə malik bitkidir. Bu bitkinin hündürlüyü 1,5 m-ə çatır. Onun kökətrafi yarpaqları uzun saplaqlı, uc yarpaqlar isə oturaqdır. Bu yarpaqlar üçqatlələkvəri bölümlüdür. Onların üzəri çox sıx tükcüklərlə örtülü olur. Çiçəkləri səbətşəkillidir. Onlar yarpaqların qoltuğunda süpürgə çiçək qrupu əmələ gətirir. Adətən, bitkilərin yuxarı yarpaqların qoltuğunda yerləşən bu çiçəklər, çox xırda, rəngləri isə sarı olur. Meyvəsi xırda qozmeyvədir.

Acı yovşan iyun-avqust aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə toxumu yetişir.

Acı yovşan növü respublikanın Kür-Araz ovalığından başlamış, subalp qurşağına qədər bütün ərazilərdə çox geniş yayılmışdır.



Acı Yovşan
(*Artemisia absinthium* L.)

Təbabətdə acı yovşanın gövdəsindən və yarpaqlarından istifadə edirlər. Onun gövdəsinin və yarpaqlarının toplanması isə adətən bitkilərin çiçək açma dövrünə təsadüf edir. Toplanmış material günəşli hava şəraitində qurudulur.

Acı yovşanın tərkibində 0,25-1,32% efir yağı olur. Bu efir yağından tuyol spirti alınır. Bundan başqa onun tərkibində izovalerian turşusu, flavanoidlər, karotin və bir çox başqa birləşmələrin olduğu güman edilir.

B e c ə r i l m ə s i : Acı yovşan bitkisi soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə, torpaq rütubətliyinə və münbitliyinə qarşı çox tələbkər bitkidir. Onun kökümsov gövdələri torpağın 10-15 sm dərinliyinə basdırılır. Əsasən kökümsov gövdələri ilə çoxaldılan, bu növün bitkiləri cərgə üsulu ilə əkilmişdir. Onların cərgəarası məsafə 30 sm, bitkiarası isə 20 sm olmuşdur. Bitkilərin əkilməsi

başə çatan kimi sahə suvarılır. Acı yovşan bitkisi 8-10 C° temperaturda inkişaf edir.

İstifadəsi: Xalq təbabətində acı yovşan növü həzmi yaxşılaşdırən, mədəaltı vəzini və ödənin ifrazını tənzimləyən dərman kimi istifadə edilir. Bundan başqa, o, mədədə turşuluq artdıqda, gastritdə, qaraciyər xəstəliklərində, qan azlığında və s. işlədilir.

Məsələn, 1-2 çay qaşığı doğranmış acı yovşanın yerüstü hissəsini, bir stəkan suda dəmləyib içməklə, o həzmi sürətləndirir və onun fəaliyyətini artırır. O, eyni zamanda mədənin fəaliyyətinə və qan azlığına qarşı, müsbət təsir göstərir.

Ödə ifrazını artırmaq üçün, yovşanı suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Mədə bulanması və qıçqırmasına qarşı, nanə və yovşanın hər birindən, bir dəstə götürüb, suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, suyunu stəkanla içirlər.

Sidik ifrazını gücləndirmək üçün, 20 q yovşanın yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, sidik ifrazı normallaşır.

Daha bir resept: yovşanın yerüstü hissəsini suda qaynadıb, onun suyuna bal qarışdırıb içilərsə, bu sidik ifrazını gücləndirir.

Ümumiyyətlə, yovşanı suda qaynadıb, onun suyunu şəkərlə çay kimi içdikdə, bağırsaqların fəaliyyətini gücləndirir, tənəffüs yollarını bəlgəmdən təmizləyir, sidik ifrazını və aybaşını tənzimləyir. Əgər yovşanın şirəsi uzun müddət (10-15 gün) içilərsə, onun sarılıq xəstəliyinə qarşı müalicəvi təsiri olar.

Şəhvət hissini artırmaq üçün, yovşan suyuna bal əlavə edib, şərbət kimi stəkanla içmək lazımdır.

Ürək ritminin pozulmasına qarşı, yovşanın yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyundan bal şərbəti hazırlayıb, stəkanla içirlər.

Acı yovşan həm də bir neçə bitkilərlə birlikdə qarışıq halında istifadə edilir. Məsələn, turşuluğun azalması ilə müşahidə olunan

mədə və onikibarmaq bağırsağ yaralarına qarşı, 10 q böyük bağayarpağı bitkisinin yarpağı, 10 q acı yovşanın yerüstü hissəsi, 10 q nanə yarpağı, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q gülünbahar bitkisinin çiçəyi, 10 q dazıotu, 10 q gəcəvərin kökümsovu, 10 q sürvə yarpağı və 10 q zəncirotunu götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 80-100 ml qəbul edirlər.

Öd yollarının xəstəliyi və öd kisəsinin daşlardan təmizlənməsi üçün, 10 q acı yovşanın yerüstü hissəsi, 10 q nanə yarpağı, 10 q zəncirotu kökü və 40 q bağayarpağı kökünü götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam) bir stəkan içirlər.

Askaridoz xəstəliyinə qarşı güləvər bitkisinin çiçəklərindən və acı yovşanın yerüstü hissəsindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə bir stəkan qaynar su töküb dəmləyirlər. Sonra onu 2 saatdan bir qarışdırırlar və 8 gün müddətində, ondan hər dəfə yarım stəkan qəbul edirlər.

İştahsızlığa qarşı 40 q acı yovşanın yerüstü hissəsi, 10 q boymadərənin yerüstü hissəsi və 200 q böyürtkən yarpağı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, onun üzərinə bir stəkan qaynar su töküb, dəmə qoyulur. Bu dəmləmədən gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edilir.

Qaraciyər xəstəliklərinə qarşı solmazçiçək (quruçiçək) bitkisinin çiçəyi, boymadərənin bitkisinin yerüstü hissəsi, yovşanın yaşıl kütləsi, nanə yarpağı və rəzyana toxumu - bunların hər birindən 20 q götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl, 100-150 ml içirlər. Bu qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı ən yaxşı vasitə hesab olunur.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı 1 hissə kəcəvər bitkisinin kökü, 1 hissə darçın, 1 hissə qızılçətir bitkisinin yaşıl kütləsi və 1 hissə yovşanın yerüstü hissəsini götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən əvvəl 100-120 ml içirlər. Bu mədə şirəsi ifrazının pozulmasının qarşısını alır və mədənin fəaliyyətini gücləndirir.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə qarşı 10 q bağayarpağı, 10 q nanə yarpağı, 10 q yovşanın yaşıl kütləsi, 10 q çobanyastığı bitkisinin çiçəkləri, 10 q gülünbahar çiçəyi, 10 q daziotu, 10 q kəcəvər bitkisinin kökü və acıqovaq kökü götürülüb doğranıldıqdan sonra qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı, 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, mədə və 12 barmaq xoralarına qarşı, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Sidik ifrazını gücləndirmək üçün 20 q yovşanın yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu içilərsə, sidik ifrazı normallaşır və ya yovşanın yerüstü hissəsini suda qaynadıb, onun suyuna bal qarışdırıb içilərsə, bu sidik ifrazını gücləndirir.

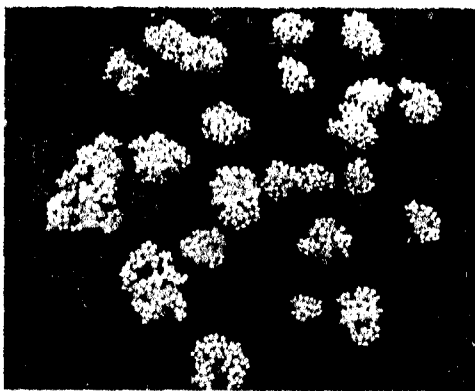
Quruçiçək (Solmazçiçək) - (*Helichrysum* L.) - Бессмертник, цтинпесчаный

Quruçiçək (Solmazçiçək) - Astraçiçəklilər (*Asteraceae* Dumort.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Bu cinsin Avropa, Asiya və Avstraliyada, xüsusilə də cənubi Afrikada 500-dən çox növü var.

Azərbaycanda quruçiçək cinsinin 9 növü var. Onların əksəriyyəti dərman bitkiləridir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən quruçiçək (Solmazçiçək) cinsinin qumluq (*H.arenarium* L.) növüdür. Onun kökümsov gövdələri respublikanın qərb bölgəsi, Gəncə

ərazisindən və Şəmkir rayonunun Dəlilər-Gəyir ətrafı ərazisindən toplanmışdır. Təcrübə sahəsində becərilən solmazçiçək bitkisinin bu *H.arenarium* L. növünün hündürlüyü 20-35 sm-dir. O, gövdə üzərində çoxlu sayda budaqlanmaya malik olan bitkilərdəndir. Gövdə üzərində yerləşən yarpaqlar, ağ tükcüklərlə örtülü olduğundan, bitkilər ağ görünür. Bu yarpaqların kənarları bütöv, onların rəngi əksər hallarda sarı, narıncı, çəhrayı və ya ağ olur. Çiçəkləri xırda, təqribən silindrşəkillidir. Onlar tək-tək hallarda bir çiçəkli, əksər hallarda isə budaqların uc hissəsində, topa şəklində yerləşir. Bu çiçəklər boruşəkilli, 5 dilimli olur.



Quruçiçək (Solmazçiçək)
(*Helichrysum arenarium* L.)

Toxumları xırda, təqribən silindrşəkillidir. Onların üzərində uçağanlar olur ki, bu da, toxumların yayılmasına kömək edir.

Quruçiçək bitkisi iyul-avqust aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə toxumu yetişir. O, əsasən Kür-Araz ovalığından başlayaraq, orta dağ qurşağına qədər ərazilərdə geniş yayılmışdır.

Solmazçiçək bitkisinin çiçək səbətinin tərkibi flavonoidlərlə və qlikozidlərlə çox zəngindir. Onun çiçəklərinin tərkibində aşı maddələri, üzvi turşular, K və C vitaminlərinin olduğu haqda kifayət qədər məlumatlar var.

Dərman hazırlamaq məqsədilə, bu bitkinin çiçəklərinin toplanması, onun çiçəkləmə fazasına, yəni avqust ayının ikinci yarısına təsadüf edir. Məhz solmazçiçək bitkilərinin meyvəsi də, elə bu ayda yetişmiş olur.

B e c ə r i l m ə s i : Quruçiçək (Solmazçiçək) istiyə davamlı bitkidir. O, qumsal, gillicə və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Onun kökümsov gövdələri respublikanın qərb bölgəsindən gətirilmiş və institutun təcrübə sahəsində əkilərək, onların biomorfoloji xüsusiyyətləri öyrənilmişdir. Bu bitki növünün kökümsov gövdələri aprel ayının 15-ə qədər əkilir və bu kökümsov gövdələr torpağın 8-10 sm dərinliyinə basdırılır. Onların cərgəarası məsafə 30-40 sm, bitkiarası isə 30 sm saxlanılır. Bitkilərin əkilməsi başa çatan kimi, sahə suvarılır.

İ s t i f a d ə s i : Quruçiçək (solmazçiçək) bitkisindən hələ çox qədim zamanlardan çay kimi dəmləyərək, öd qovucu dərman kimi, eyni zamanda, ondan qaraciyər və öd yolları xəstəliklərində də istifadə etmişlər.

Hal-hazırda solmazçiçək bitkisinin çiçəkləri təbabətin bütün sahələrində istifadə olunur. Onun çiçəkləri öd kisəsi daşlarında, qaraciyər xəstəliklərində, mədə-bağırsaq xəstəliklərində, ateroskleroz və ürək xəstəliklərində və s. istifadə edilir. Məsələn, solmazçiçək bitkisinin çiçəklərini, bir litr suda qaynadaraq, ondan alınan dəmləmə, öd yolların və qaraciyər xəstəliklərinin müalicəsinə müsbət təsir göstərir. Belə dəmləmə həm də mədə-bağırsaq və sidik kisəsi xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir. Müəyyən edilmişdir ki, solmazçiçəyin öd qovucu təsirə malik olması, onun tərkibində flavonoidlərin çox olması ilə əlaqədardır. O, eyni zamanda xolesterinin ödlə ifrazına səbəb olur və bağırsaqların sayə əzələlərinə spazmolitik təsir göstərir. Solmazçiçək bitkisinin çiçəklərindən, həm də ateroskleroz xəstəliyinə, ürək xəstəliklərinə və şəkərli diabet xəstəliklərinə qarşı da istifadə edirlər.

Hal-hazırda elmi təbabətdə solmazçiçək bitkisindən alınan “Flamin” preparatı, həb şəklində qaraciyər, öd kisəsi və öd yollarının iltihabında geniş istifadə olunur. Eyni zamanda bu bitkidən alınan “Arenarin” mazi isə, gözün zədələnməsinin müalicəsində çox böyük rol oynayır.

Qaraciyər xəstəliklərinə qarşı solmazçiçək (çiçəyi), boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsi, yovşanın yaşıl kütləsi, razyana toxumu, nanə yarpaqları - hər birindən 20 q götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı, 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmlənir. Soyuduqdan sonra, onu süzüb gündə 4 dəfə, yeməkdən 15-20 dəqiqə əvvəl yarım stəkan içilir. Bu qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı işlənən ən yaxşı reseptlərdəndir.

Mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı 4 hissə qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsi, 2 hissə boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsi, 4 hissə dazı bitkisinin yerüstü hissəsi, 3 hissə qaragilə bitkisinin yarpağı, 2 hissə qızılçətir bitkisinin yaşıl kütləsi, 2 hissə solmazçiçək, 1 hissə nanə yarpaqları və 1 hissə çobanyastığı çiçəkləri qarışdırırlar. Qarışıqdan 4 xörək qaşığı qədər, 1 litr soyuq suya töküb, onu bir gecə saxladıqdan sonra, səhər qaynama dərəcəsinə qədər qızdırırlar. 20 dəqiqədən sonra süzülər və gündə 4-5 dəfə, yeməkdən əvvəl, 1 stəkan içirlər. Əgər qastrit turşuluğun azalması ilə müşahidə olunursa, onu istifadə etmək olar.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı 3 hissə həmərsin meyvəsi (əzilmiş), 3 hissə zəncirotu kökü, 3 hissə solmazçiçək bitkisinin çiçəkləri, 3 hissə qarğıdalı saçağı, 3 hissə qatırquyuğunun yaşıl kütləsi, 2 hissə çobanyastığı çiçəyi, 1 hissə ardıc meyvəsi, 1 hissə ağcaqayın yarpağı və 1 hissə şüyüd toxumu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürülür, onu 0,5 litr qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra süzülər. Bu, qaraciyər və öd kisəsi xəstəliklərinə qarşı, gündə 3 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 100-150 ml qəbul edilir.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q zirə toxumu, 10 q nanə yarpağı, 10 q gülxətmi kökü, 10 q daziotu, 10 q bağayarpağı və 10 q solmazçiçək qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl yarım stəkan içirlər. Bu resept xroniki sancılara qarşı istifadə edilir.

Solmazçiçək öd kisəsi daşlarına qarşı necə bir ödqovucu dərman kimi, bir neçə bitki ilə qarışıq halında istifadə edilir. Məsələn, solmazçiçək bitkisinin çiçəkləri, nanə bitkisinin yarpaqları, acı yovşanın yerüstü hissəsi, zəncirotunun və boyaqotunun kökü, kövrək mürdəşənin qabığı bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, hər gün səhər və axşam bir stəkan qəbul edirlər.

Ödqovucu dərman kimi solmazçiçək bitkisinin çiçəklərindən, kasni və zəncirotu bitkilərinin kökündən, bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda 5 dəqiqə qaynadırlar və soyuduqdan sonra onu süzüb gündə 3 dəfə içirlər.

İshala qarşı 2 hissə qaragilə meyvəsi, 1 hissə qaytarmaotunun kökümsöv gövdəsi, 1 hissə solmazçiçək bitkisinin çiçəkləri, 1 hissə cürə toxumu və 3 hissə adaçayı (sürvə) yarpağı götürüb, onları qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suya töküüb, 10 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, onu süzüb gündə 3 dəfə, yeməkdən 15-20 dəqiqə əvvəl 1/3 stəkan içirlər.

Qulançar (*Asparagus L.*) - Спаржа

Qulançar - *Asparagaceae* fəsiləsinə aid olan çoxillik ot bitkisidir. Dünyada onun 150-dək növü məlumdur. Qulançar

bitkisini ilk dəfə Misirdə əkməşlər. XV-XVI əsrdən başlayaraq qulançar bitkisi Avropa ölkələrinə yayılmışdır.

Azərbaycanda qulançar bitkisinin yabanı halda 7 növü məlumdur. Onlardan yalnız dərman bitkisi kimi 2 növündən - dərman qulançarı (*A.officinalis* L.) və Xəzər qulançarı (*A.caspicus* Hohen.) növlərindən istifadə edilir.

Dərman qulançarı (quşüzümü) - (*A.officinalis* L.)

Qulançar bitkisi 2003-cü ildən başlayaraq, institutun təcrübə sahəsində becərilir. Onun toxumları Naxçıvandan, köklü bitkisi isə Gəncə şəhərindən gətirilmişdir.



Dərman Qulançarı (quşüzümü)
(*Asparagus officinalis* L.)

Qulançar bitkisi çox güclü kök sisteminə malikdir. Onun hündürlüyü 1,65-2 m-ə qədər olur. Gövdəsi düz qalxan, səthi isə hamardır. Gövdə üzərində çoxlu sayda yaşıl rəngli budaqlar əmələ gəlir. Yarpaqları zərif sap şəklindədir. Onlar tünd-yaşıl rəngdə olur. Əksər hallarda bu yarpaqlar bir yerə yığılaraq dəstə əmələ gətirir. Zərif zəngşəkilli çiçəkləri çox xırda, yaşılımtıl-sarı rəngdə olur. Onlar adətən təkincslidir. Ancaq onların ikicinsli olanları da var. Qırmızı rəngli meyvələri dəyirmi formada olur.

Bu meyvələr 3 yuvalıdır. Hər yuvada 2 toxum əmələ gəlir. Normal şəraitdə meyvələrin içərisində 6-ya qədər şarşəkilli, rəngi qara toxumlar olur. 1000 toxumun kütləsi 25,4 qramdır. Çarpaz tozlanan bitkidir.

Qulançar bitkisinə Respublikanın əksər rayonlarında, əsasən dağ ətəklərində, dağ çayları vadisində, kolluqlarda, bağlarda rast gəlinir. O, ən çox çürüntülü torpaqlar olan yerlərdə bitir.

May-iyun aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvəsi yetişir.

Qulançar həm də tərəvəz bitkisi kimi çox qiymətlidir. Onun cavan boy zoğlarından pəhriz xərəkləri hazırlanır. Tərəvəz bitkiləri içərisində ən çox zülalə (1,65-1,75 %) malik bitkilərdəndir. Onun körpə zoğlarından sup xərəklərində daha çox istifadə edirlər. Bir çox hallarda onun körpə zoğlarını suda pörtlədib sarımsaq qatığı ilə, bəzi hallarda isə onu yağda qovurub yeyirlər. Onu həm də konservləşdirirlər.

Təbabətdə qulançar bitkisinin əsasən kökü və kökümsov gövdələrindən istifadə edirlər. Onun kökü və kökümsov gövdələrinin tərkibində **asparaqin** və **steroidin** tərkibli **saponin** olduğu müəyyən edilmişdir.

Bundan başqa, onun cavan zoğlarının tərkibində asparaqin, karotin, 26-61% C vitamini, meyvələrinin tərkibində isə A, B₁, B₂ və C vitamininin olduğu göstərilir.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən qulançar bitkisinin meyvələrinin tərkibində 36%-ə qədər şəkər, toxumlarının tərkibində isə 15,3-16% piyli yağ olduğu göstərilir. Lakin bizim institutun təcrübə sahəsində becərilən *P.officinalis* L. növünün toxumlarının tərkibində 16,2% piyli yağ olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i: Qulançar bitkisi soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə qarşı həssas, çürüntülü torpaqlara isə tələbkardır. Onun toxumları 5-7 C°-də cücərməyə başlayır. Bu toxumların yaxşı cücərməsi və normal məhsul verməsi üçün, 16,5-29 C° temperatur lazım gəlir.

Qulançarın becərilməsi üçün bir neçə aqrotexniki qayda mövcuddur. O, qaydalardan biri, onun payızda və yazda ləklərlə becərilmə üsuluna əsaslanır. Bunun üçün torpaq əvvəl 30-35 sm dərinliyinə qədər şumlanır. Sonra eni 75-140 sm-ə qədər olan çökək ləklər düzəldilir və bitkilər 30-40 sm-dən bir əkilir. Bitkilər böyüdükcə bitkilərin dibi hər iki tərəfdən doldurulur və tədricən hündür ləklər alınır.

Qulançar bitkisi həm də şitil üsulu ilə artırılır. Onun əsasən ikillik şitillərindən istifadə olunur. Şitillər bir-birindən 30-40 sm aralı əkilir. Hər bir yalağa 2-3 bitki salınır. Şitil üsulu ilə bitkilər sentyabr-oktyabr aylarında və ya mart ayının əvvəllərində əkilir. Toxumla artırıldıqda isə, onu aprel ayında səpirlər. Əsas qulluq işləri 8-10 dəfə suvarma, alaqlarla mübarizədir. Hər payız yerüstü hissə biçilir.

İstifadəsi: Xalq təbabətində qulançar bitkisinin kökü və kökümsov gövdələrindən hazırlanmış cövhər və ya onun sulu dəmləməsindən bir çox xəstəliklərin, o cümlədən də müxtəlif mədə xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Qulançar bitkisindən çox qədim dövürlərdə müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də, şəkər xəstəliyinə qarşı, istifadə etmişlər. Hal-hazırda onun kökündən və meyvələrindən müxtəlif pəhriz xörəkləri hazırlayırlar.

Son zamanlar qulançarın tərkibində insulinə bənzər maddənin olduğu müəyyən edilmişdir. Belə ki, onun kökündən hazırlanmış ekstrakt əsasən böyrək və ürək xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir.

Bundan başqa, qulançar bitkisindən hazırlanmış ekstrakt qan təzyiqinin aşağı salır, ürəyin ritmini nizamlayır və sidik ifrazını artırır.

Qulançarın kökündən dərman hazırlamaq üçün, əvvəl onun kökünü əzib toz halına salırlar, sonra isə onunla dəridə əmələ gələn ekzemaları yuyaraq müalicə edirlər.

Bu qiymətli dərman bitkisinin daha dərindən öyrənilməsinə böyük ehtiyac var.

Sürvə, adaçayı (*Salvia L.*) - Шалфей

Sürvə, adaçayı - Dəlamaz (*Lamiaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik yarımkol bitkidir. Bu cinsin Yer kürəsində 500-ə qədər növü yayılmışdır. Onların əksəriyyəti efir yağlı bitkilərdir.

Azərbaycanda sürvə bitkisinin 27 növü var. Onlardan 2-si mədəni halda becərilir. Sürvə (adaçay) necə bir dərman bitkisi kimi Farmakopeyaya daxil edilmişdir.



Dərman sürvəsi (Adaçayı)
(*Salvia officinalis L.*)

Dərman sürvəsi (*S.officinalis L.*) əsasən Böyük və Kiçik Qafqazın aşağı dağ qurşağından başlamış, yuxarı dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə yayılmışdır. Sürvə bitkisi Qusar rayonunun ərazisində mədəni halda becərilir. Onun hündürlüyü 40-60 sm-dir. Gövdəsi düz qalxan, çox budaqlanan bitkidir. Gövdə üzərində yarpaqlar qarşı-qarşıya düzülən, uzunsov, ucları iti, təqribən 1-4 sm uzunluğunda olur. Bitkilərin aşağıda yerləşən yarpaqlarından

fərqli olaraq, yuxarıda yerləşən yarpaqları kiçik, oturaq və ya qısa saplaqlı olur. Çiçəkləri bənövşəyi rəngdə olub, əsasən budaqların uc hissəsində toplaşaraq sünbül şəkilli çiçək qrupu əmələ gətirir. Meyvəsi xırda qozcuqdur. Bu bitki iyun ayından başlayaraq çiçək açır.

Xalq təbabətində necə bir dərman bitkisi kimi, əsasən sürvənin yarpaqlarından istifadə edirlər. Sürvənin yarpaqlarını ilin bütün fəsillərində toplamaq mümkündür.

Sürvə bitkisinin yarpaqlarının tərkibində 2,5% efir yağı, saponin, 5-6% qətran, fitonsidlər, P vitamini və nikotin turşusu var.

İstifadəsi: Sürvə (adaçay) bitkisi daha çox iltihab xəstəliyinə qarşı işlədilir. Lakin, ondan mədə-bağırsaq xəstəliklərinə, öd kisəsi və qaraciyər xəstəliklərinə qarşı da istifadə edirlər. Bundan başqa sürvə həm də necə bir öd qovucu vasitə kimi işlədilir. Məsələn, 20 q sürvə yarpaqlarını, bir litr suda dəmləyib içdikdə, həzmi sürətləndirir. Eyni zamanda, onun yarpaqlarından dəmlənmiş çay, bronxlara təsir edərək, sinəni yumşaldır.

Yaxud: - 20 q sürvə yarpaqlarını, 200 ml suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 4-5 dəfə, hər dəfə, bir xörək qaşığı içirlər. Bu, tərləmənin qarşısını alır, boğaz ağrısına kömək edir. Lakin, elə xəstəliklər də var ki, onları aradan qaldırılması, kompleks bitkilərin (bir neçə dərman bitkisinin) iştirakı nəticəsində mümkün olur.

Məsələn, xroniki hepatit və qaraciyər serrozuna qarşı - 10 q dağıotu, 10 q dağ tərşununun çiçəkləri, 10 q boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsi, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q atpıtrağı kökü, 10 q həmərsin meyvəsi, 10 q sürvə yarpağı, 10 q andız kökü və 10 q qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsini qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Qarışıq soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Öd kisəsi (öd daşı) xəstəliyinə qarşı - 20 q zirə meyvəsi (toxumu), 20 q murdaça qabığı, 20 q tütəkotu bitkisinin kökü, 20 q nanə yarpağı və 20 q sürvə yarpağı götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Alınan həlim süzüləndən sonra, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 30 ml qəbul edirlər.

Öd və böyrək daşlarına qarşı sürvə bitkisinin yarpaqları, dəvədabanı və bədrənc bitkilərinin yarpaqlarından bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar və bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml qəbul edirlər.

Qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı - 20 q solmazçiçək bitkisinin çiçəyi, 20 q boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsi, 20 q yovşan, 20 q razıyana toxumu və 20 q nanə yarpağı götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə $\frac{1}{2}$ stəkan içirlər.

Öd kisəsi və öd yolları xəstəliklərinə qarşı 2 çay qaşığı doğranmış sürvə yarpaqlarını, 2 stəkan qaynar suda dəmlədikdən sonra, onu süzüb, hər 2 saatdan bir, 1 xörək qaşığı içirlər.

Sidik kisəsinin daşı xəstəliyinə qarşı sürvə bitkisinin yarpaqları, ödotu yarpaqları, dovşanotu, bağ sarmaşığı və dəvədabanı bitkilərinin yarpaqlarından bərabər miqdarda (hərəsindən 20 q) götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər. Bu, həm də maddələr mübadiləsinin tənzimlənməsinə kömək edir.

İshala qarşı - 2 hissə qaragilə meyvəsi, 1 hissə solmazçiçək bitkisinin çiçəyi, 1 hissə cırə toxumu və 3 hissə sürvə yarpağı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya ilə töküüb, 10 dəqiqə qaynatdıqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 20-30 dəqiqə əvvəl 100-150 ml

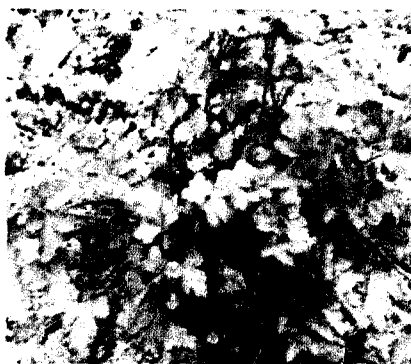
içirlər. Və ya, sürvə (adaçay) yarpaqlarını suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Angina xəstəliklərinə qarşı sürvənin (adaçayın) doğranmış yarpaqlarından 4 çay qaşığı, 2 stəkan qaynar suda dəmləyirlər, 30 dəqiqədən sonra onu süzürlər. Bu dəmləmə ilə, ağız boşluğu və diş ətlərinin iltihabına qarşı, gündə 3-4 dəfə qarqara edirlər və ya, 3 hissə sürvə (adaçayı), 3 hissə çobanyastığı və 4 hissə dəmirtikanıotu götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 çay qaşığı, 1 stəkan qaynar suda dəmləyib, 30 dəqiqədən sonra, onu süzürlər və gündə 4-5 dəfə, qırtlağın iltihabına qarşı, onunla ağız boşluğunu qarqara edirlər.

Cəfəri (*Petroselinum* L.) - Петрушка

Cəfəri Kərəvizkimilər (*Apiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid ikiillik ot bitkisidir. Vətəni Aralıq dənizi sahili ölkələridir. Dünyada onun 3 növü məlumdur.

Azərbaycanda cəfəri bitkisinin 1 növü - **əkin cəfərisi** (*P.sativum* Hill.) becərilir.



Qıvrım cəfəri
(*Petroselinum sativum* Hoffm.)

Institutun təcrübə sahəsində 2003-2004-cü illərdən başlayaraq cəfəri bitkisinin *P.sativum* Hill. növü becərilir. Onun toxumları Gəncə, Şəmkir və Bakı kəndlərindən toplanmışdır. Cəfəri bitkisinin kökü və yarpaqları yeyildişi üçün, onu kökümeşvəlilər qrupuna aid edirlər. Boyu 65-85 sm-dir. Cəfəri bitkisinin yarpaqları üçərlələkvəri bölümlüdür. Çiçəkləri çox xırda, sarımtıl rəngdə olur. Xırda çiçəkləri mürəkkəb çətirə toplaşır. Onlar əsasən gövdənin uc hissəsində yerləşir. Cəfəri bitkisinin toxumları xırda olur. Onlar uzunsov, bir qədər yastı, rəngləri isə boz-qonurdur. 1000 toxumun kütləsi 1,6 qramdır.

Abşeron şəraitində cəfəri bitkisi iyun ayında çiçək açır, iyul ayının sonlarında isə meyvə verir. Cəfəri bitkisinin yaşıl kütləsi, qurudulmuş yarpaqları və kökü müxtəlif xərəklərə və konserv sənayesində daha çox istifadə edilir.

B e c ə r i l m ə s i: Cəfəri soyuğa davamlı bitkidir. Onun toxumları erkən yazda (mart ayında) səpilir. Əkin sahəsi kərəvirdə olduğu kimi hazırlanır.

Peyin torpağa səpindən qabaq verilir. Toxumları gec cücərən bitkidir. Ona görə də, cəfərinin toxumlarını səpindən 2-3 gün qabaq isladırırlar. Səpin aparılarkən, əvvəl toxumların suyunu çəkirlər, sonra onu səpirlər. Səpin cərgə üsulu ilə aparılır. Cərgəarası 40-45 sm, bitkiarası isə 20-30 sm götürüldükdə daha yaxşı effekt verir. Cəfəri bitkisinin toxumları torpağın 1-1,5 sm dərinliyinə səpilir. Toxum cücərəndən sonra, onun tez-tez sulanması vacibdir. Cəfərinin şitil ilə də çoxaltmaq olar. Bunun üçün seyrəltmə aparılarkən, kökü yaxşı inkişaf etmiş bitkilərdən istifadə edilməlidir. Cəfəri bitkisi 50-60 gündən sonra çiçək açır. Onun çiçəkləri xırda, rəngi isə sarı olur.

İ s t i f a d ə s i: Təbabətdə bu bitkinin bütün hissələrindən, xüsusilə də onun yaşıl kütləsindən və kökündən dərman kimi istifadə edirlər. Onun toxumları böyrəkdə və sidik kisəsində olan daşı əridir.

Böyrək və sidik yolları xəstəliklərinə qarşı və sidik ifrazını gücləndirmək üçün ardıc bitkisinin meyvəsi, şirinbiyan kökü və cəfəri kökü bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 6 saat soyuq suda saxladıqdan sonra, onu 15 dəqiqə qaynadırlar və soyuduqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Yaxud: - 3 hissə ardıc meyvəsi, 3 hissə cəfəri toxumu, 1 hissə xoruzgülüotu, 1 hissə zirə toxumu, 1 hissə gəndalaş çiçəyi və 1 hissə razyana toxumu götürüb qarışdırırlar və bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 6 saat soyuq suda saxladıqdan sonra, onu 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər.

Əgər sidik ifrazı dayanmırsa, kifayət qədər cəfəri bitkisinin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Sidik ifrazını tənzimləmək üçün, 1 hissə andız kökü, 1 hissə cəfəri toxumu, 1 hissə qaynağacı tumurcuğu, 1 hissə qarğıdalı saçağı və 5 hissə yulaf bitkilərinin yarpağı götürüb onlar doğranılıb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda dəmləyib, soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.

Babasil qanaxmalarına qarşı razyana, zirə, çörəkotu, cəfəri, nanə, keşniş və kərəviz toxumlarının hərəsindən bir ovuc götürüb, onları kifayət qədər suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzülər və alınmış mayeni, gündə bir neçə dəfə içirlər.

Şiddətli menstruallı qanaxmalarının qarşısını almaq üçün kərəviz və cəfəri bitkilərinin hərəsindən bir dəstə götürüb, suda qaynadılır, sonra onu süzüb, 5-6 saat soyuq yerdə saxladıqdan sonra acqarına, gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml, 3 gün müddətinə içirlər.

Daha bir resept: - aybaşı ilə əlaqədar vəziyyətin normalaşdırılması məqsədilə, lazımı qədər cəfəri bitkisinin yerüstü hissəsini suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içməli.

Şaftalı (*Persica* Mill.) - Персик

Şaftalı - Gülçiçəklilər (*Rosacea*) fəsiləsinə aid ağac bitkisidir.

Şaftalı Yer kürəsinin mülayim qurşağında və isti ölkələrində necə bir bəzək bitkisi kimi, mədəni halda becərilir.

Bir çox mənbələrdə *Persica* cinsinin 5 növü: - Adi şaftalı (*P.vulgaris*), Qan-sun şaftalısı (*P.kansuensis*), Davud şaftalısı (*P.dawidiana*), Potanın şaftalısı (*P.potanini*) və Qəribə şaftalı (*P.mira*) olduğu göstərilir.



Adi Şaftalı
(*Persica vulgaris* Mill.)

Azərbaycanda şaftalının 6 növü məlumdur. Onlardan yalnız 1 növü - adi şaftalı (*P.vulgaris* Mill.) mədəni halda becərilir. Adi şaftalı 5-6 m hündürlüyündə ağac bitkisidir. Onun cavan budaqları nazik, rəngi isə yaşılımtıl olur. Adətən şaftalının əvvəl günəş şüaları düşən təzə budaqları qırmızımtıl rəngdə görünür. Sonradan onlar rəngini dəyişərək açıq yaşıl rəngdə olur. Yarpaqları növbəli düzümlü, qısa saplaqlı, ellips-lanset şəkilli və ya uzunsov-lansetşəkillidir. Şaftalı ağacı əvvəl çiçək açır, sonra isə yarpaqlayır. Onun çiçəkləri oturaq, rəngləri isə çəhrayı olur. Erkəkciklərinin rəngi tez-tez dəyişir. Onlar əvvəl ağ, sonradan

dəyişərək sarı rəngdə olur. Meyvələrinin lət hissəsi əvvəl göy, sonradan dəyişərək ağ, sarı və ya narıncı rəngində olur.

Şaftalının çiçəkləri ikicinsiyətlidir, meyvələri isə çəyirdəkdir.

Azərbaycanda şaftalı mədəni halda daha çox aran və dağətəyi ərazilərdə becərilir. Onun (çoxlu narıncı, tez və gec yetişən, Zəfərani, Nazlı, Ordubadi, Şirvan və s.) sortları var. Onların tamamı şirin və ya turşa-şirin, lət hissələri isə çox ətirli olur. Şaftalı çox gözəl bal verən bitkidir.

Azərbaycanda şaftalı aprel-may ayında çiçək açır, iyul-avqust aylarında isə meyvə verir. Lakin onun sentyabr ayında da yetişən sortları var.

Bir çox ədəbiyyat mənbələrində şaftalının meyvələrinin tərkibində 9,4-20 mq/% C vitaminin olduğu göstərilir. Onun bu meyvələrinin əsas hissəsini (80-90 %-ni) su, yerdə qalan 6-14% şəkər, 0,5-1,2% pektin maddəsi təşkil edir.

Bundan başqa, şaftalının meyvələrinin tərkibində 0,08-1,02 üzvi turşular (əsasən alma turşusu) və 0,6-1,0 mq/% karotin olduğu göstərilir.

Şaftalı ağacının gövdəsinin qabığından qara rəngli boyaq, toxumlarından (çəyirdəyindən) isə likör üçün yağ alırlar. Bundan başqa, onun oduncağından müxtəlif dəzgahların hissələri hazırlanır.

Şaftalının meyvələrindən çox gözəl, ətirli kompot, cem, konserv və mürəbbə hazırlayırlar.

İ s t i f a d ə s i : İstər tibbdə, istərsə də xalq təbabətinin bir çox sahələrində şaftalı bitkisinin meyvələrindən, çəyirdəyindən və həmçinin gövdəsindən istifadə edirlər. Məsələn, onun meyvələri çox güclü sidikqovucu təsirə malikdir. Şaftalı acqarına yeyilərsə, onun işlədici təsiri daha çox olur.

Şaftalı bağırsağ qurdları (Helmintoz) xəstəliklərinə qarşı daha çox istifadə olunur. Məsələn, bağırsağ qurdlarına qarşı, -

şaftalının yarpaqlarını əzib, onu xəstənin qarnı üzərinə yaxdıqda, bağırsaq qurdlarının tökülməsinə səbəb olur.

Yaxud: - şaftalının çiçəkləri ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir desert qaşığı qəbul edilsə, o, çox güclü sidik qovucu təsirə malikdir.

Daha bir resept: - 5 q şaftalı yarpağı, 10 q nar kökünün qabığı və 500 ml su götürüb qarışdırılır. Bu qarışıq zəif od üzərində, 20-30 dəqiqə qaynadılır və soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə suyunu stəkanla içirlər.

Əncir (*Ficus L.*) - Инжир

Əncir - Tutkimilər (*Moraceae*) fəsiləsinə aid olan subtropik bitki cinsidir. Əncirin 600-ə qədər növü məlumdur. O, yabanı halda daha çox Aralıq dənizi sahillərində, Kiçik Asiyada, İranda və Şimal-Qərbi Hindistanda bitir. Əncirə yabanı halda və ya yabanılaşmış formada həm Orta Asiyada, Türkiyədə, Əlcəzairdə, həm də ABŞ-da rast gəlinir.



Sarı Əncir
(*Ficus carica L.*)

Azərbaycanda *Ficus* L. cinsinin *F.caria* növü bitir. Onun hündürlüyü 3-4 m, bəzən 4-8 m, nadir hallarda isə 10 m-ə qədər olduğu göstərilir.

Əncirin gövdəsi açıq-boz rəngdə olur. Yarpaqları gövdə üzərində növbə ilə və ya qarşı-qarşıya düzümlüdür. Bu yarpaqlar iri, tamkənarlı və ya 3-7 dilimlidir. Meyvələri kiçik fındıqça, dəyirmi, armudvari və s. formada olur. O, çiçək yatağında ətli meyvə yanlığının içərisində yerləşir. Əncir ikievlə bitkidir.

Əncir Azərbaycanın əksər rayonlarında becərilir. Abşeron şəraitində becərilən isə sarı əncir (*F.caria*) növüdür. O, çox şirin və çox şirəli olur. Əncirin diş ağaclarının əksəriyyəti iki dəfə meyvə verir.

Azərbaycanda əncirin meyvəsi iyul-avqust-sentyabr aylarında yetişir.

Onun meyvəsinin tərkibində 12-23% şəkər, 0,5-4,2% pektin maddəsi, 3,4-7,4% sellüloza, C, B₁, B₂ vitaminləri, karotin, kalsium, dəmir və fosfor var.

İ s t i f a d ə s i : Əncir meyvələrin arasında ən xeyirlisidir. O, təbii halda çox həvəslə yeyilir və qurudularaq saxlanılır. Ondan çox gözəl kompot, mürəbbə və cem bişirirlər.

Ənciri uzun müddət zirə ilə yedikdə, o, insanı kökəldir. Əncirin təsirindən orqanizmin tromb nəticəsində tutulmuş damarları açılır.

Əncir qaraciyərin fəaliyyətini qüvvətləndirir, babasil xəstəliyini və tənqənəfəsliyi aradan qaldırır.

Əncir cəvizlə (qozla) yeyilərsə zəhərlənmənin qarşısını alır.

Əncir püstə ilə yeyilərsə bədəni gücləndirir.

Əncir şirəsi bağırsaqları yumşaldır, qəbizliyi aradan qaldırır.

Qarın boşluğunda suyun yığılmasına qarşı xəstə çoxlu əncir yeməli və yabani halda bitən nanəni suda qaynadıb onun suyunu stəkanla içməlidir.

Qəbizliyə qarşı - əvvəl əncirin meyvələri suda qaynadılır, sonra ora bir qədər sirkə əlavə edilir və 2-3 dəqiqə saxladıqdan sonra onun suyu içilir.

Zökəmə qarşı - əncirin meyvələrini suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml onun suyunu içməli və ya çoxlu əncir yeməlidir.

Sidik kisəsinin iltihabına qarşı - xəstə çox əncir yeməli və ya, badamın meyvələrini əzib, onun tozunu əncirə qatıb yeməli.

Sidik ifrazının güclənməsi üçün çoxlu əncir yeməli və ya onun şirəsini içməli.

Öskürəyə qarşı əncirin qurudulmuş meyvələrini suda qaynadıb suyunu içməli və ya 50 q əncir, 100 q kişmiş və 75 q şəkər götürüb, onları suda qaynadıb, suyunu hər 2-3 saatdan bir, 50-60 ml içməli.

Ürək xəstəliklərinə və hipertoniya xəstəliyinə qarşı xəstə daha çox əncir meyvəsi yeməli və ya şirəsini içməlidir.

Xalq təbabətində ürək zəifliyinə və qanazlığına qarşı xəstə daha çox əncirin meyvələrindən hazırlanmış doşab qəbul etməli və ya mürəbbəsindən çox yemək məsləhətdir.

Adətən əncirin meyvələrindən hazırlanmış doşab və ya mürəbbə daha çox orqanizmin ümumi zəifliyini aradan qaldıran vasitə kimi işlədilir.

Müxtəlif dəri xəstəliklərinin müalicəsi zamanı, ən çox əncirin yandırılmış yarpaqlarının külü ilə, inək yağının qarışıqından hazırlanmış məlhəmdən istifadə edirlər.

Bunun üçün, yandırılmış yarpaqların külünü götürüb, onu inək yağı ilə qarışdırırlar. Sonra alınan sıyıq xəstənin dərisinə sürtürlər.

Ağciyər vərəminə qarşı, - 20 q kişmiş, 20 q əncir və 20 q xurma götürüb, onları bal ilə qarışdırırlar. Alınan məcundan gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.

Yaxud: - müəyyən miqdarda kişmiş, əncir və xurmanı lazımı qədər balla qarışdırıb, sonra onu suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə xörək qaşığı ilə xəstəyə verirlər.

Daha bir resept, ağciyər vərəminə qarşı kətan (zəyəmək) toxumu, biyanın kökü və əncirin meyvəsini (hər üçünü bərabər miqdarda) götürüb, onları suda qaynadırlar və xəstə sağalana qədər, alınan həlimi xəstəyə içirdirlər.

Badamcıqların iltihabına qarşı əncirin kökünü suda qaynadıb, onun suyu ilə xəstə tez-tez qarqara edir.

Xalq təbabətində əncirin yarpaqlarından və gövdəsinin qabığından hazırlanmış sulu dəmləmədən və ya bişirmədən, kal meyvələrinin südündən hazırlanmış emulsiyadan və nəhayət, yetişmiş meyvələrindən hazırlanmış şirədən, ürək xəstəliklərinə və hipertoniya xəstəliyinə qarşı daha çox istifadə edirlər.

Məsələn, əncirin təzə dərilmiş meyvələrini yağda qovurub yedikdə, o, necə bir yuxugətirici dərman kimi qəbul edilir.

Yaxud: - əncirin quru yarpaqları çay kimi dəmlənib içilsə, o, bronxial astma və böyrək xəstəliklərində, sidikqovucu dərman kimi işləyir.

Əgər əncir süddə bişirilib yeyilərsə, o, qusmanı və ürək bulanmasını aradan qaldırır.

Əncirin meyvələrindən hazırlanmış doşab və ya mürəbbə ürək zəifliyinə və qan azlığına qarşı, necə bir qüvvət verici vasitə kimi qəbul edilir.

Mərzə (*Saturea* L.)

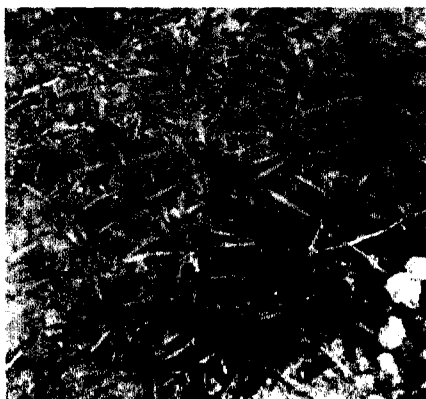
Mərzə - *Dalamaz (Lamiaceae)* fəsiləsinə aid bir və ya çoxillik ot bitkisidir. Onun dünyada iki növü məlumdur.

Azərbaycanda da mərzənin iki növü var:

1. Birillik bağ mərzəsi *S.hortensis* L.
2. Çoxillik dağ mərzəsi *S.montana* L.

Çoxillik dağ mərzəsi Hərəki mərzə növü yabanı halda əsasən Kəlbəcər dağlarında bitir. Yerli əhali ona ot otu deyir. Birillik bağ mərzəsi isə mədəni halda əsasən Naxçıvanda, Gəncədə və qismən Bakıda becərilir. Onun toxumları 2003-2005-ci illərdə Naxçıvan-

dan, Gəncədən və Şəmkirdən gətirilmişdir. Mərzənin boyu 35-55 sm-dir. Kökü mil, gövdəsi 4 üzlü, çox şaxələndir. Budaqlanma əsasən kök boğazından başlayır. Yarpaqları xırda, qısa saplaqlı olub, lansetşəkillidir. Mərzənin yarpaqları qarşı-qarşıya düzümlüdür. Onlar ensiz, ucları isə iti olur. 2-4 çiçəkdən ibarət çiçək qrupu budaqlarının uc hissəsində yerləşir. Çiçəkləri çəhrayı və ya mavi rəngdə olur. Toxumları çox xırda, yumru və ya yumurtavari formada olub, rəngi qara-qəhvəyidir. Toxumalrının cücərmə qabiliyyətini saxlaması 1-2 ildir. 1000 toxumun kütləsi 1,4 qramdır.



Birillik bağ mərzəsi
(*Saturea hortensis* L.)

İyun-iyul aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə toxumu yetişir.

Mərzə bitkisinin tərkibində 50 mq% C vitamini, 9 mq % karotin, 40 mq% rutin, 0,03-0,05 % efir yağı, mineral duzlar və s. var. Özünə məxsus iştahaçan xoş ətri vardır.

B e c ə r i l m ə s i: Mərzə münbit torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. O, əsasən qumsal və çınqıllı torpaq olan yerlərdə bitir. Onun becərilməsi reyhandə olduğu kimidir. Lakin toxumları çox

gec cücərən bitkidir. Toxumlar əksər hallarda səpindən 13-18 gün sonra cücərir. İşığa və suya çox tələbkar bitkidir.

Mərzənin toxumları aprel ayının 10-25-nə qədər səpilir. Cərgəarası 45 sm, bitkiarası isə 20 sm-dir. Toxum cücərəndən 40-50 gün sonra bitkilərdən tərəvəz kimi istifadə edilir. Mərzə bitkisiində seyrəltmə işinin aparılması çox vacibdir. Seyrəltmə aparılarkən cavan bitkilərdən həm tərəməz, həm də şitil kimi istifadə etmək olar. Mərzə çox qısa bir zamanda sürətlə inkişaf edərək cavan zoğlar əmələ gətirir. Bitkilərin boyu 8-12 sm-ə çatanda gövdənin uc hissəsini qıraraq ondan tərəvəz kimi istifadə edirlər. Gövdənin qalan hissəsində yeni zoğlar əmələ gəlir və bitkilərdə tez bir zamanda kollanma baş verir. Bu üsulla (ucdan qırma üsulu ilə), mərzə bitkisindən payız aylarının sonuna qədər istifadə etmək olar.

Toxum cücərəndən 70-90 gün sonra, bitkilər çiçək açır, 125-140 gün sonra isə toxumu yetişir.

İstifadəsi: Mərzənin körpə zoğları və yarpaqları çox ətirli olduğundan, ondan tərəvəz bitkisi kimi istifadə edirlər. Lakin mərzə necə bir ədviyyat bitkisi kimi daha çox işlədilir. Ondan ədviyyat birkisi kimi istifadə edərkən, onu çiçəklənmə fazasında toplayıb qurudurlar. Mərzəni müxtəlif xörəklərə, xüsusilə də küftəyə, kababa, müxtəlif balıq xörəklərinə, kotletə və s. vururlar. Mərzə güclü fitonsid xassəyə malik bitkidir. Hələ çox qədim zamanlarda, onda ət məhsullarını saxlamaq üçün istifadə etmişlər.

Mərzəni bal və ya şəkərlə birlikdə suda qaynadıb, onun suyunu içdikdə, baş ağrısı kəsir, sidik ifrazı normallaşır və sidik daşlarını əridir.

Sidik ifrazının dayanmasına qarşı mərzənin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içirlər.

Boğaz şişməsinə qarşı 100 q bal, 50 q əncir, 20 q nanə, 10 q mərzə, 10 q yarpız, 10 q dərəotu və 5 q biyan kökünü suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, alınmış maye ilə gündə ən azı 4-5 dəfə boğazı qarqara edirlər.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
32	Acı yovşan <i>Artemisia absinthium</i> L.	17. IV köklü	-	30x20	22. VI	19. VII	11.IX-146	-	0,25- 1,32	-
33	Quruçiçək (Solmazçiçək) <i>Helichrysum arenarium</i> L.	13. IV köklü	-	30x30	19. VII	17. VIII	13.IX-152	-	-	-
34	Dərman qulançarı (quşüzümü) <i>Asparagus officinalis</i> L.	10. IV köklü	-	40x50	26. V	19. VIII	11.IX-153	-	-	15,3- 16,2
35	Dərman sürvəsi (Adaçayı) <i>Salvia officinalis</i> L.	-	-	-	19. VI	26. VII	18.IX-98	-	2,5	-
36	Qıvrım cəfəri <i>Petroselinum sativum</i> Hoffm.	16. III	27. IV	40x20	21. VI	10. VII	29.VII-135	1,6	-	-
37	Adi şaftalı <i>Persica vulgaris</i> Mill.	-	-	-	23. IV	28. VII	16.VIII-115	-	-	-
38	Sarı əncir <i>Ficus carica</i> L.	-	-	-	-	18. VIII	22.IX	-	-	-
39	Birillik bağ mərzəsi <i>Saturea hortensis</i> L.	25. IV	29. V	45x20	23. VI	25. VIII	13.IX-141	1,4	0,03- 0,05	-

Baş ağrılarına qarşı mərzənin yaşıl kütləsi suda qaynadılır və onun suyu ilə xəstənin başı bir neçə dəfə yuyulur.

Yaxud: - mərzənin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyundan gündə 3 dəfə, hər dəfə, 50-60 ml içməli.

Yarpız (*Mentha longifolia* L.) Мята длиннолистная

Yarpız Dalmaz (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsindən Nanə cinsinə aid olan çoxillik ot bitkisidir.

2004-cü ildən başlayaraq, institutun təcrübə sahəsinə yarpızın iki növü - *M. aquatica* L. (su yarpızı) və *M. longifolia* L. (tüklü yarpız) gətirilmişdir. Yarpız Gəncə şəhərindən və Şəmkir rayonunun Çinarlı qəsəbəsindən götürülmüşdür.



Su Yarpızı
(*Mentha aquatica* L.)

Yarpızın boyu 65-90 sm, tək-tək hallarda daha hündür olur. Onların kökümsov gövdələrindən əmələ gələn yerüstü gövdəsi düz duran, lakin az budaqlanandır. Yarpaqları qısa saplaqlı,

qismən uzunsov, yumurtavari-lanset formasında olub, ağ tüklərlə örtülür. Çiçəkləri budaqların uc hissəsində sünbülvari çiçək qrupu əmələ gətirir. Belə forma çiçək köbəsi adlanır. Onların çiçəkləri əsasən yasəmən rəngində olur. Lakin getdikcə onların rəngi dəyişərək açıq-sarı rəngə çevrilir. Bu bitkilər nadir hallarda toxum əmələ gətirir.

İyun ayından başlayaraq oktyabr ayının 2-ci yarısına qədər çiçək açır.

B e c ə r i l m ə s i: Yarpız bitkisinin becərilməsi nədəndə olduğu kimidir. O, kökümsov gövdələri ilə çoxaldılır.

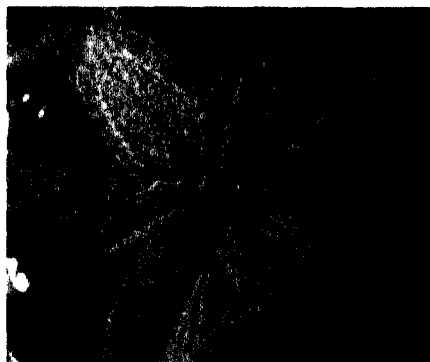


Tüklü (uzunyarpaq) yarpız
(*Mentha longifolia* L.)

Bizim tədqiqatlarda yarpızın kökümsov gövdələri cərgə üsulu ilə əkilmişdir: cərgəarası məsafə 30 sm, bitkiarası isə 20 sm saxlanılmışdır. Yarpız bitkisi 5-10 C° temperaturda inkişaf edir. 15-20 C° temperaturda isə onun zərif gövdələri və yarpaqları əmələ gəlir. May ayının sonuna qədər bu bitkilərin gövdələri və yarpaqları tərəvəz kimi istifadə edilir. Lakin iyun ayından başlayaraq, bu bitkidən tərəvəz kimi istifadə olunmur. Bu əsasən onların yarpaqlarının qalınlaşması ilə əlaqədardır. İyun ayında yarpız bitkisi çiçək açır. Onun çiçəkləri əsasən yasəmən rəngində olub, getdikcə onların rəngi dəyişərək açıq-sarı rəngə çevrilir.

İstifadəsi: Təbabətdə yarpızdan dərman bitkisi kimi geniş istifadə etmişlər. Hələ çox qədim zamanlarda, yarpızdan ağrıkəsici dərman kimi istifadə edilmişdir. Məlum olmuşdur ki, yarpız bitkisindən hazırlanmış sıyığı başa qoyduqda, o başda olan ağrını sakitləşdirir. Onun suda qaynamış məhlulu ürəkbulanmasının və qusmanın qarşısını alır. O, təzə halda yeyildikdə iştahı yaxşılaşdırır, mədənin fəaliyyətini artırır. Əgər əncirlə birlikdə yeyilərsə, təngənəfəslik aradan qalxır.

Hal-hazırda yarpızdan həm ağrıkəsici dərman kimi, həm də ondan ürək bulanmasına və döyünməsinə qarşı istifadə edirlər. Bundan başqa ondan həm də böyrək-sidik kisəsində olan daşlara qarşı istifadə edilir.



Yarpız

Məsələn, yarpızı suda qaynadıb, onun suyunu içdikdə, ürək bulanmasının və qusmanın qarşısı alınır.

Daha bir resept: - yarpız təzə-təzə yeyildikdə təngənəfəslik aradan qalxır, iştah artır, mədənin fəaliyyəti güclənir.

Tərləməyə qarşı yarpızın yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu gündə bir neçə dəfə içməkdir.

Böyrək və sidik kisəsi qumlarına qarşı böyürtkən kökü, qara noxud suyu, gülxətmi, alça saqqızı, xına bitkisinin kökü, kərəviz,

yarpız-nanə, yovşan, göy noxud, ənginar suyu, turp, baldırğan, dəfnə kökü - bu adları çəkilən bitkilər (onlar bitki mənşəli olduqlarına görə) böyrək və sidik kisəsi qumlarını təmizləmək xüsusiyyətinə malikdir. Bu bitkilərdən istifadə edərkən onların təzələrini əzib şirəsindən, qurularını isə qaynadıb suyundan istifadə etmək olar.

İşias (işalgiya) müalicəsi üçün yarpız bitkisinin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun sıyığını ağrıyan nahiyyəyə sürülür (yaxılır).

Boğaz iltihabına qarşı 100 q bal, 50 q əncir, 20 q nanə, 10 q mərzə, 10 q yarpız, 10 q dərəotu və 5 q biyan kökünü suda qaynadıb, soyuduqdan sonra süzüb, alınmış maye ilə gündə bir neçə dəfə qarqara edilir.

Beyin damarının tutulmasına qarşı yarpızı suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içməli.

Ağızda xoralara qarşı yarpızın yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu içməli və ya, yarpızın yaşıl kütləsini çox çeynəmli.

Damotu (şirquyruğu) - (*Leonurus* L.) - Пустырник

Damotu - *Dalamaz (Lamiaceae Lindl.)* fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisi. Avropa ölkələrində bu cinsin 14 növü məlumdur.

Azərbaycanda damotunun yabanı halda 2 növü var. Onlarda yalnız bir növü, adi damotu (*L. cardiaca* L.) - institutun təcrübə sahəsində becərilir.

Adi damotu çox şaxələnən kök sisteminə malik bitkidir. Onun kökümsov gövdələri 2009-cu ildə Şəki ərazisindən toplanaraq, institutun təcrübə sahəsində becərilməsi üçün gətirilmişdir. Təcrübə sahəsində becərilən adi damotu (*L. cardiaca* L.) növünün boyu 40-150 sm-ə çatır. Gövdəsi dikduran, üzəri sıx tüklərlə örtülü olur. Yarpaqları qısa saplaqlı, qarşı-qarşıya düzülüdür. Gövdə üzərində yerləşən yarpaqlar, formalarına görə bir-birindən fərqlənirlər. Belə ki, aşağıda yerləşən yarpaqlar üç bölümlü,

yuxarıda yerləşən yarpaqlar isə üç bölümlü olsalar da, onlar uzunsov neştəşəkillidir. Damotunun yarpaqları tünd yaşıl rəngdə olur. Çiçək qrupu çox çiçəkdir. Onlar oturaq, rəngləri isə açıq qırmızıdır. Adətən bu çiçəklər yarpaqlarının qoltuğunda topa (dəstə) şəklində yerləşir. Meyvəsi üçüzlü qutucuqdur.



Adi Damotu (şirquyruğu)
(*Leonurus cardiaca* L.)

Adi damotu bitkisi iyun-iyul aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə toxumu yetişir.

Damotu bitkisi respublikanın orta dağ qurşağından başlayaraq, subalp qurşağına qədər olan ərazilərdə, bağlarda, yol kənarlarında, bostan yerlərində və s. geniş yayılmışdır.

Xalq təbabətində adi damotu bitkisinin bütün hissələrindən (gövdəsindən, yarpaqlarından və çiçəklərindən) istifadə edirlər. Onun gövdəsi, yarpaqları və çiçəkləri təqribən yer səthindən 20-30 sm yuxarı kəsilərək toplanır və 30-40 C°-də qurudulur.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən adi damotunun tərkibi flavonoidlərlə çox zəngindir. Onun tərkibində 0,03-0,05% efir yağları, 2,14% aşı maddələri, mineral duzlar, C vitamini və s. üstünlük təşkil edir.

İstifadəsi: Xalq təbabətində adi damotu bitkisindən bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də nevroz xəstəliyinin müalicəsində və təngənəfəslikdə daha çox istifadə edilir.

Məsələn, bitkinin qurudulmuş hissələrindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda qaynadırlar və gündə 3 dəfə, hər dəfə 2-3 xörək qaşığı, yeməkdən yarım saat əvvəl içirlər və ya bitkidən hazırlanmış şirədən 30-40 damcı götürüb onu bir xörək qaşığı su ilə qarışdırıb, yeməkdən əvvəl qəbul edirlər.

Ürək xəstəliklərində sakitləşdirici vasitə kimi 30 q nanə yarpağı, 30 q damotu, 20 q pişikotu kökü və 20 q mayaotu qozası doğranıb qarışdırılır. Həmin qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 2-3 xörək qaşığı içirlər. Bu resept ürək ağrılarına, yuxusuzluğa və sinir sisteminin oyanmalarına qarşı tətbiq olunur.

Ürək xəstəliklərinə və sinir sistemi oyanmalarına qarşı 25 q pişikotu kökü, 25 q çobanyastığı çiçəyi, 25 q zirə toxumu, 25 q damotu və 25 q razıyana toxumu götürüb, əvvəl onları əzib qarışdırırlar. Sonra qarışıqdan bir xörək qaşığı qədər götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Adi damotu bitkisi təkcə müxtəlif ürək xəstəliklərinin müalicəsində deyil, o, həm də mədə-bağırsaq xəstəliklərində və mədə spazmasını aradan qaldırılmasında istifadə edilir.

Bundan başqa, xalq təbabətində adi damotu bitkisinin şirəsindən öskürəyə qarşı və sidikqovucu dərman kimi də istifadə edirlər.

Qeyd etmək lazımdır ki, bu bitkinin şirəsindən qış aylarında istifadə etmək üçün, - 2 hissə bitkinin şirəsini, 3 hissə spirtlə qarışdırıb uzun müddət saxlayırlar. Lazım olduqda məhluldan 20-30 damcı götürüb, onu su ilə qarışdırıb içirlər.

Bu reseptdən həm mədə spazmasına qarşı, həm nevroz xəstəliyinə, həm də təngənəfəsliyə qarşı istifadə edilir.

Zoğal (*Cornus L.*) - Кизил

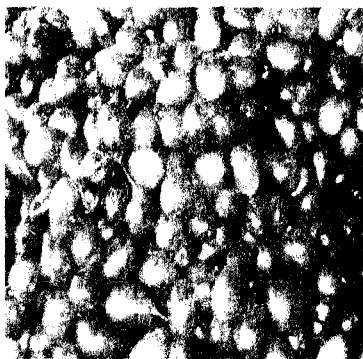
Zoğal - Zoğalkimilər (*Cornaceae* Link.) fəsiləsinə aid ağac və ya kol bitkisidir.

Avropada, Kiçik Asiyada, Çində, Yaponiyada və Amerikada zoğalın 4 növü var.

Azərbaycanda *Cornus L.* cinsinin 4 növü var. Onlardan yalnız 1 növü - adi zoğal (*C.mas L.*) mədəni halda becərilir.

Adi zoğal (*C.mascula L.*) - Кизил обыкновенный

Zoğalın bu növü 2-4 m hündürlüyündə kol və ya ağac bitkisidir. Onun cavan budaqları qismən də olsa, aşağı sallanmış görünür. Yarpaqları sadə, qısa saplaqlı, qarşı-qarşıya düzümlüdür. Onlar tamkənarlı, yumurtavari formadan, lansetvari formaya qədər dəyişir. Bitkilərdə çiçəkləmə yarpaqlamadan qabaq başlayır. Ləçəklərinin rəngi sarı, meyvəsi uzunsov, ətli çəyirdəkdir. Bu meyvələr əksər hallarda qırmızı yaxud tünd-qırmızı, nadir hallarda sarı olur. Çəyirdəyi ellipsşəkillidir.



Adi Zoğal
(*Cornus mas L.*)

Adi zoğal fevral-aprel aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvəsi yetişir.

Azərbaycanda zoğal demək olar ki, hər yerdə, aşağı dağ qurşağından başlamış, orta dağ qurşağına qədər bütün ərazilərdə, meşələrin kənarlarında, kolluqlarda, açıqlıqlarda və s. geniş yayılmışdır.

Zoğal daha çox İsmayılı, Qəbələ, Şəki, Zaqatala, Kəlbəcər, Goranboy (orta dağlıq hissədə) rayonlarının ərazisində rast gəlinir. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən zoğalın sarı rəngli formasına İsmayılı və Qəbələ ərazilərində daha tez-tez rast gəlsə də Qusar rayonunun Bala Qusar kəndində onu kütləvi surətdə əkilib becərilir.

Zoğal bal verən bitkidir. Onun meyvəsi turşa-şirin (turşməzə) və gözəl ətirə malikdir. Təzə dərilmiş zoğal çox yeməli olur. Adətən o, ilk şaxtadan sonra şirinləşir deyə daha yeməli olur. Onun meyvələrindən gözəl mürəbbə bişirirlər və ondan gözəl kompot, kisel, marmalad, müxtəlif içkilər və s. hazırlayırlar. Eyni zamanda zoğalın meyvəsindən yerli adamlar zoğal-lavaşı hazırlayırlar ki, o da bir çox xörəklərdə çox ləzzətlə yeyilir.

Adi zoğalın meyvəsinin tərkibində 8-9% şəkər, 2-3,5% sərbəst alma turşusu var. Onun kökünün, budaqlarının və yarpaqlarının tərkibində isə rəngləyici maddə olur ki, ondan da, müxtəlif rənglərin alınmasında istifadə edirlər.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində zoğaldan bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də mədə qanaxmalarında, soyuqdəymədə və ishalda daha çox istifadə edirlər.

Məsələn, yüksək hərarətə qarşı, - 15 q sumaq və 15 q zoğal götürüb, onları qarışdırırlar. Bu qarışığı kifayət qədər suda qaynatdıqdan sonra, onu süzüb, suyunu hər 2-3 saatdan bir stəkanla içirlər.

Yoğun bağırsağın iltihabına qarşı, - hər 2-3 saatdan bir, bir stəkan zoğal şirəsi içmək məsləhətdir.

Yoğun bağırsağın iltihabına - kolitə qarşı zoğalın təzə meyvələrindən çəkilmiş şirəni, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

Öd ifrazını artırmaq məqsədi ilə zoğalın meyvələrindən çox yeməli və ya gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml zoğal şirəsi içməli.

Qaraciyər fəaliyyətinin zəifləməsinə qarşı çox zoğal yemək məsləhətdir. Yaxud gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml zoğal şirəsi içməli.

Müxtəlif yaraların iltihabına qarşı zoğalın yarpaqlarını əzib, onu toz halında yaraların üstünə səpməli.

Qızdırma - yüksək hərarətə qarşı 150 q sumaq və 150 q zoğal götürüb, onları suda qaynadıb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100 ml içməli.

Zoğal təkcə müalicəvi əhəmiyyətə malik bitki deyil, o, həm də sənaye əhəmiyyətə malik bitkidir. Belə ki, zoğalın oduncağından sənayedə müxtəlif dəzgahlar və onların hissələrini hazırlayırlar. Eyni zamanda onun yarpaqlarının tərkibində olan aşı maddəsindən təkcə müxtəlif dəri xəstəliklərinin müalicəsində deyil, həm də müxtəlif dəzgah hissələrinin rənglənməsində istifadə edilir.

Kəklikotu, kəkotu (*Thymus L.*) - Тимьян, Чабрец

Kəklikotu, kəkotu - Dalmaz (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir.

Ədəbiyyatda kəklikotu bitkisinin, Yer kürəsində yayılması ilə əlaqədar bir-birindən fərqli fikirlər mövcuddur. Bəzi mənbələrdə kəklikotunun Avropa və Şimali Amerikanın mülayim qurşağında 400 növü olduğu göstərilir. Bir çox mənbələrdə isə, bütün Yer kürəsində (tropik ölkələrdən başqa) kəklikotunun 38 növünün olduğu bildirilir.

Azərbaycanda kəklikotunun yabanı halda 21 növü var.

Kəpəz kəklikotu (*Th.kjapazi A.Grossh.*) - Тимьян Кяпаза

Kəpəz kəklikotu bitkisi alçaq boylu, çox qolbudaqlı, budaqları yernən sürünməyən ot bitkisidir. Yarpaqları çox da böyük olmayan, qarşı-qarşıya düzümlüdür. Çiçəklərinin rəngi bənövşəyi, mavi və ya ağ olur. Adətən bu çiçəklər budaqların uc hissəsində toplanır. Çiçək tacı iki dodaqlıdır. Çiçək tacının üst dodağından fərqli olaraq, alt dodağı üçqanadlıdır. Meyvəsi 4 fındıqçadan ibarət, forması şarşəkillidir.



Kəpəz kəklikotu
(*Thymus kjapazi* A. Grossh.)

Kəklikotunun bu növü, əsasən Kəpəz dağının şimalında, yuxarı dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə, əhəngli dağ döşlərində, meşə açıqlıqlarında, otlaq yerlərində və s. geniş yayılmışdır.

Respublikanın müxtəlif iqlim şəraitlərində bitən kəklikotu bitkisinin bütün növlərinin, çiçəkləmə müddəti də müxtəlifdir. Belə ki, respublika ərazisində bitən kəkliotu bitkisi may ayından başlayaraq iyul ayının sonuna qədər çiçək açır. Bu növlər bir-birindən nəinki çiçəklərinin rənginə və kimyəvi tərkiblərinə görə,

onlar hətta xoş ətirli olmalarına görə, bir-birindən fərqlənirlər. Məsələn, Azərbaycan şəraitində bitən Qafqaz kəklikotu bitkisinin yaşıl kütləsinin tərkibində 0,1-0,5% efir yağı müəyyən edilmişdir. Onun tərkibində timol, flavonoidlər, aşı maddələri, qətran və onun birləşmələri, 54,5 mq/% C vitaminin olduğu müəyyən edilmişdir. Azərbaycan şəraitində bitən Koçi növünün tərkibində isə 0,18-0,5% efir yağı var ki, o da timol ətrinə malikdir. Bu növ çox güclü antiseptik və bakterisid xassəyə malikdir. Respublikanın ərazisində bitən kəklikotu bitkisinin bütün növlərinin hərtərəfli, xüsusilə də kimyəvi tərkibinin öyrənilməsinə böyük ehtiyac var.

Kəklikotu bitkisinin bu növləri Elmi təbabətdə və Xalq təbabətinin bütün sahələrində istifadə edilir.

İ s t i f a d ə s i : Kəklikotu efir yağlı bitkidir. O, ətriyyatda tamlı məhsullar sənayesində, araq və likörün hazırlanmasında işlədilir. Bundan başqa, payız aylarında toplanmış kəklikotunun yarpaqlarından çox ətirli çay dəmləyirlər. Eyni zamanda kəklikotu müxtəlif xərəklərin hazırlanmasında da istifadə olunur.

Azərbaycanın təbabətində ən çox Qafqaz kəklikotundan və Koçi növündən istifadə edirlər. Onlardan müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də mədə-bağırsaq xəstəliklərində, tənəffüs yollarının iltihabında, böyrək və sidik kisəsi xəstəliklərində və s. istifadə olunur.

Məsələn, bəlgəmə qarşı kəklikotunu suda qaynadıb, onun suyunu, hər 2-3 saatdan bir 50-60 ml içməli.

Böyrək və sidik kisəsində olan daşlara qarşı çaydana və ya qazana su doldurub, onun içərisinə istənilən qədər kəklikotunun yaşıl kütləsini suda qaynadıb, soyuduqdan sonra, onu süzüb, hər gün səhər və axşam, ondan 100-150 ml içməli.

Köpə qarşı kəklikotunu suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içməli.

Sidik ifrazının gücləndirmək məqsədilə, kəkotunu suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə içməli.

Kəklikotu bitkisi ayrı-ayrı bitkilərlə birlikdə, qarışıq halında da istifadə edilir.

Məsələn, kəklikotu, zirə və cirə bitkilərinin hər birindən, bir çay qaşığı götürüb, onları bir stəkan suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 50-60 ml içilərsə, mədənin qıcqırmasının və bulanmasının qarşısı alınır.

Müxtəlif mədə xəstəliklərinə qarşı: - 5 q cirə, 5 q xardal, 5 q kəklikotu, 10 q cəviz və 10 q nanəni qarışdırıb suda qaynadırlar. Sonra alınmış mayeyə zövqə uyğun bal əlavə edib, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml qəbul edirlər.

Mədə və 12 barmaq bağırsağ xəstəliklərinə qarşı: - 10 q cirə, 10 q xardal, 10 q cəviz, 10 q kəklikotu və 10 q nanəni əzib qarışdırırlar. Sonra, qarışığa 200 q bal əlavə edib, yenidən qarışdırırlar. Bu qarışıqdan gündə 4-5 dəfə, hər dəfə iki desert qaşığı qəbul edirlər.

Mədə xəstəliklərinə qarşı: - ən yaxşı vasitə, 50 ml limon suyunu, 50 ml kəklikotu suyu ilə qarışdırıb içməkdir.

Mədə-bağırsağ sistemi xəstəliklərinə qarşı: - 1 çay qaşığı cirə, 1 çay qaşığı zirə, 1 çay qaşığı kəklikotu götürüb, onları 1 stəkan suda qaynadıb, soyuduqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

Mədə bulanması və qıcqırmasına qarşı: - cirə, xardal, cəviz, kəklikotu və nanə - bunların hər birindən 10 q götürüb, əvvəl onları əzib, 200 q balla qarışdırırlar. Sonra hər gün bu qarışıqdan, 2 desert qaşığı qəbul edirlər.

Aybaşıya (menstruasiyaya) qarşı istənilən qədər kəkotunu suda qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 80-100 ml içirlər. Bu, aybaşının normallaşmasına qədər davam etdirilməlidir.

Badamcıqların iltihabına qarşı: 5 q kəklikotu, 5 q razıyana, 1 stəkan sirkə və 2 stəkan su götürüb, onların yarısı qalana qədər qaynadırlar. Alınmış maye ilə, hər 2 saatdan bir qarqara edirlər.

Bağırsağ qurdlarına qarşı: - kəklikotunu suda qaynadıb, onun suyundan, hər 2-3 saatdan bir 50-60 ml içməli.

Bəlğəmə qarşı: - kəklikotunu suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

Öskürəyə qarşı: - kəklikotunu çay kimi dəmləyib, onun suyunu bal şərbəti ilə içməli.

Qaragilə (*Vaccinium* L.) - Черника

Qaragilə (*Vassiniaceae*) fəsiləsinə aid kol və ya yarımkol bitki cinsidir.

Avropada, Asiyada, Afrikada və Şimali Amerikada *Vaccinium* L. cinsinin 100-ə qədər növü var.



Qaragilə, Mərcangilə
(*Vaccinium myrtillus* L.)

Azərbaycanda *Vaccinium* L. cinsinin 3 növü məlumdur.

1. *V.vitisidaea* L. - Çiçək kasası dördədişli, meyvələrinin rəngi qırmızı, yarpaqları parlaq və ya tünd yaşıl rəngində olub, tərsyumurta şəkillidir. Bu növ həmişə yaşıl koldur.
2. *V.myrtillus* L. - Çiçək kasası beşdişlidir. Meyvəsi ya qara, ya da göy-qara olur. Yarpaqları otvari və tüklüdür. Alçaq, 15-45

sm hündürlüyündə kol bitkisidir. Çiçəkləri tək-tək, yarpaqları yumurta şəkillidir.

3. *V.aretostaphylos* L. - 2-4 m hündürlüyündə kol və ya ağac bitkisidir. Çiçəkləri yarpaqların qoltuğundan çıxmış, kiçik salxımdır. Yarpaqları oturaq, 6-8 sm uzunluğunda olur.

Dərman və giləmeyvə kimi istifadə olunan əsas növ **qaragilə** *V.myrtillus* L. növüdür. Yüksək dağlıq Kəlbəcər yaylaqlarında buna qoyun gözü deyirlər.

Qaragilə alçaq boylu, 15-45 sm hündürlüyündə kol bitkisidir. Onun gövdəsi dikduran, budaqları yaşılmıtlı-qəhvəyi rəngli, bitkidir. Yarpaqları tökülən, açıq-yaşıl rəngində olur. Onlar 10-25 mm uzunluğunda, ellipsşəkillidir. Çiçəkləri tək-tək, onlar cavan budaqların qoltuğunda qısa çiçək atlığı üzərində yerləşir. Çiçək tacı şarşəkilli yaşılmıtlı-çəhrayı rəngdə olub, 4-5 dişlidir. Erkəkcikləri qısa saplaqlı, sayı 8-10 ədəddir.

Meyvəsi şarşəkilli, rəngləri isə qara olur. Toxumları xırda yumurta şəkillidir.

Qaragilə iyun-iyul aylarında çiçək açır, iyul-avqust aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycanda qaragilə bitkisi əsasən yuxarı dağ çəmənliklərində, onlara yaxın ərazilərdə, meşə kənarlarında hündür otluq və ayrıca kolluq şəklində bitir. Meyvələrin tərkibində 20% şəkər, karotin, C və B vitaminləri, 7% üzvi turşular, 7-12% dabbax maddələri, mirtillin adlı qlikozid və s. qiymətli maddələr vardır.

Qaragilənin meyvəsindən həm təzə, həm də qurudulmuş halda istifadə edilir. Onun meyvələrinin tərkibində 31%-ə qədər quru yağ olduğu müəyyən edilmişdir ki, ondan da yun parçalarının və kağız məmulatlarının rənglənməsində istifadə edirlər.

İ s t i f a d ə s i : Sənayenin bir çox sahəsində qaragilə bitkisinin meyvələrindən hazırlanmış şirəsindən necə bir rəngləyici maddə kimi, şərəbçilikdə, yun və kətan parçalarının boyanmasında istifadə edirlər. Bundan başqa, xalq təbabətində

qaragilə bitkisindən müxtəlif mədə xəstəliklərin, ishalın müalicəsində də istifadə edirlər. Məsələn, qaragilənin təzə meyvələri revmatizm, podagra, maddələr mübadiləsinin pozulması, qastrit və s. xəstəliklərinə qarşı istifadə olunur. O, eyni zamanda ayrı-ayrı bitkilərlə birlikdə, qarışıq halında işlənir.

Məsələn, mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı: - 4 hissə qırxbuğum bitkisinin yerüstü hissəsi, 4 hissə daziotu, 3 hissə qaragilə yarpağı, 2 hissə qızıl çətinin yerüstü hissəsi, 2 hissə solmazçiçək, 2 hissə boymadərən çiçəyi, 1 hissə nanə yarpağı və 1 hissə çobanyastığı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 4 xörək qaşığı qədər, 1 litr soyuq suda, bir gecə saxladıqdan sonra, onu qaynama dərəcəsinə qədər qızdırırlar və 20 dəqiqədən sonra, süzüb, gündə 4-5 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 100 ml içirlər.

İshala qarşı: 2 hissə qaragilə meyvəsi və 3 hissə ağ tikan ağacının meyvəsi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 20 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər və ya 2 hissə qaragilə meyvəsi, 1 hissə solmazçiçək bitkisinin çiçəkləri, 1 hissə cırə toxumu, 3 hissə adaçay (sürvə) yarpağı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suya töküüb, 10 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl 80-100 ml içirlər.

Daha bir resept: Xəstə ya 80-100 q təzə qaragilə meyvəsi yeməli və ya qurusunun soyuq dəmləməsini içməlidir. Dəmləməni hazırlamaq üçün 4 çay qaşığı qaragilə meyvəsini, bir stəkan ilıq suda, 8 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb gün ərzində, qurtum-qurtum içməli.

Mədə və 12-barmaq bağırsağ xəstəliklərinə qarşı gülünbahar bitkisinin çiçəyi, boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsi, andız bitkisinin kökü, pişikotu bitkisinin kökü, çobanyastığı çiçəyi və qaragilə meyvəsinin hər birindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu iki stəkan

qaynar suda dəmləyib, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yarım stəkan, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl içirlər.

Anginaya qarşı 100 q qaragilənin meyvələrindən götürüb onu 0,5 litr suda qaynadırlar və suyun yarısı buxarlanana qədər qaynama davam edilir. Alınan qarışıq soyuduqdan sonra, onu süzlürlər və müxtəlif boğaz xəstəliklərinə qarşı qarqara edirlər və ondan yanıq və nekrozlaşmış yaralara sürtürlər.

Qızılçətir (*Centaurium Gilib.*) - Золототысячник

Qızılçətir - acıçiçəklilər (*Gentianaceae*) fəsiləsinə aid bir və ya çoxillik bitki cinsidir.

Qızılçətir (*Centaurium Gilib.*) cinsinin Avropada, Şimali və Cənubi Amerikada və Avstraliyada 50-ə qədər növü var.

Azərbaycanda qızılçətir bitkisinin 5 növü var. Bunlardan ikisi dərman kimi istifadə edilir.

1. Qəşəng qızılçətir - (*C.pulchellum* (SW.) Druce.).
2. Çətirli qızılçətir - *Centaurum* (*Umbellatum* Gilib.).

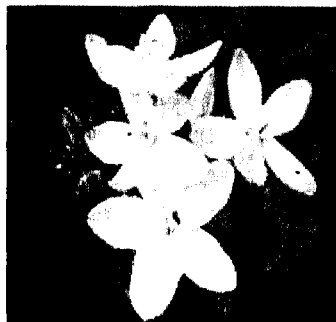
Qəşəng qızılçətir növü ot bitkisidir. Onun gövdəsi dik qalxan, dördüzlü açıq-yaşıl rəngində olur. Yarpaqları uzunsov yumurtavari və ya ellipsşəkillidir. Bu yarpaqların ucu ya küt, ya da iti olur.

Bitkilərin aşağısında yerləşən yarpaqlardan fərqli olaraq, yuxarı hissəsindəki yarpaqlar uzunsov-lansetşəkilli yaxud lansetşəkilli olur. Çiçəkləri çəhrayı rəngində, uzun saplaqlı, çox çiçəkli həməş çiçəkdir. Bu çiçəklər qalxan şəkillidir. Meyvəsi qutucuq, uzunsov xətvəri, biryuvalıdır. Toxumları çox xırda olur.

Qızılçətir bitkisi may-iyul aylarında çiçək açır, iyun-sentyabr aylarında isə toxumu yetişir.

Azərbaycanda qızılçətir bitkisinə demək olar ki, hər yerdə, düzənliklərindən başlamış, yuxarı dağ qurşağına qədər olan

ərazilərdə, dağların döşündə, günəşli yerlərdə, kolluqlarda, çəmənliklərdə və s. daha çox rast gəlinir.



Qəşəng qızılçətir
(*Centaurium pulchellum* Gilib.)

Xalq təbabətində qızılçətir bitkisinin həm çiçəklərindən, həm də yerüstü hissəsinin yaşıl kütləsindən istifadə edirlər.

İstifadəsi: Xalq təbabətində qızılçətir bitkisi necə bir dərman bitkisi kimi, iştahacən, həzmi sürətləndirən və qızdırmanın qarşısını alan dərman kimi istifadə olunur. Elmi məlumatlara əsasən, qızılçətir bitkisinin quru kütləsinin tərkibinin 0,6-0,95%-ni alkaloidlər təşkil edir ki, onun da əsası eritritsindən ibarətdir.

Təbabətdə qızılçətir bitkisindən ən çox müxtəlif mədə və mədə-bağırsaq xəstəliklərində, qəbizlikdə və s. istifadə edirlər.

Məsələn, mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı: - 4 hissə qırxbuğumun yerüstü hissəsi, 4 hissə daziotu, 3 hissə qaragilə yarpağı, 2 hissə qızılçətirotu, 2 hissə solmazçiçək, 2 hissə boymadərən çiçəyi, 1 hissə nanə yarpağı və nəhayət 1 hissə çobanyastığı çiçəyi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 4 xörək qaşığını 1 litr suya töküb, onu bir gecə istaqda saxlayırlar. Səhər qarışığı qaynama dərəcəsinə qədər qızdırırlar və soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 4-5 dəfə, yeməkdən əvvəl, 50-60 ml içirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı: 1 hissə kəcəvər bitkisinin kökü, 1 hissə darçın, 1 hissə qızılçətin yerüstü hissəsi və 1 hissə yovşanı götürüb, doğrayıb qarışdırırlar. Qarışıqdan 1 çay qaşı qədər götürüb, 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər, sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən əvvəl 50-60 ml içirlər.

Mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı: Pişikotu bitkisinin kökü, kəcəvərin kökümsovu, qızılçətin yerüstü hissəsi, zəyərək bitkisinin toxumu, cirə meyvəsi, çobanyastığı bitkisinin çiçəyi, nanə yarpağı və boymadərən bitkisinin yerüstü hissəsinin hər birindən 10 q götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 100 ml içirlər.

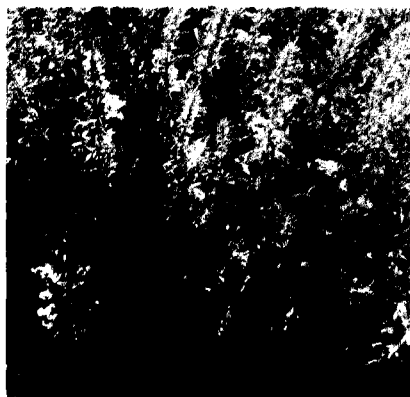
Bağırsaqların xroniki pozulmalarına qarşı, - 20 q dazi bitkisinin yerüstü hissəsindən və 20 q qızılçətin bitkisinin yerüstü hissəsindən götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər, 0,5 litr suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif (gastrit, xora) xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı pişikotu kökü, kəcəvərin kökümsovu, qızılçətirotu, zəyərək, cirə, çobanyastığı çiçəyi, nanə yarpağı və boymadərənötunun hər birindən 10 q götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər, 2 stəkan qaynar suda 15-20 dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Bədrənc (ballinanə, limonotu) (*Melissa L.*) - Мелисса, медовка

Bədrənc - Dalmaz (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid birillik bitki cinsidir. Dünyada bu bitkinin 3 növü var.

Azərbaycanda bədrənc bitkisinin 1 növü - dərman bədrənci və ya limonotu (*M.officinalis* L.) adı ilə yayılmışdır.



Dərman Bədrənci və ya limonotu (*Melissa officinalis* L.)

Respublikanın bölgələrində çox rast gəlinən bu qiymətli bitkinin toxumları ayrı-ayrı təsərrüfatlardan toplanaraq, institutun təcrübə sahəsində əkilmiş və onların biomorfoloji xüsusiyyətləri öyrənilmişdir. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dərman bədrəncinin boyu 45-60 sm olmuşdur. Mil kökə malik olan bu bitkinin gövdəsi düz qalxandır. Bitkilərdə şaxələnmə əsasən onun yerüstü hissəsindən (kök boğazından) başlayır. Yarpaqlarının rəngi tünd-yaşıl, uzunsov lansetşəkilli, kənarları mişarvaridir. Çiçəkləri çox xırda, rəngi bənövşəyidir. Onlar 4 dilimli, 2 dodaqlıdır. Meyvəsi 4 bölümlü fındıqcadır. Hər yuvada 2 toxum olur. Toxumların rəngi qarıdır. 1000 toxumun kütləsi 2,6 qramdır.

İyun-iyul aylarında çiçək açır, avqust ayında isə toxumu yetişir.

Bədrənc bitkisinin yerüstü hissəsindən 0,01-0,33%, yarpaqlarında 0,06-0,33%, çiçəklərinin tərkibində isə 0,04-0,08% efir yağı olduğu müəyyən edilmişdir. Bu efir yağının 60%-ni sitral aldehidi, sitronaplal, mirsen və geraniol, pinalol və s. təşkil edir. Bundan başqa, bu bitkinin yarpaqlarının tərkibində həm də 150

mq% C vitamini, eləcə də B₁, B₂, vitaminləri, karotin 10%-ə qədər aşı maddələri və acı qlükozidləri, flavanoidlər, fenol turşuları və s. olduğu müəyyən edilmişdir.

Təbabətdə və yeyinti sənayesində bədrənc bitkisinin bütün hissələrindən istifadə edirlər. Bu bitkinin yarpaqlarının ucunda limon iyi verən efir yağı var. Bədrənc bitkisinin yarpaqları və zoğları likör-araq istehsalında, əczaçılıq sənayesində və ətriyyatda daha çox işlədilir. Bundan başqa, bədrənc bitkisi qurudulmuş halda ədviyyat bitkisi kimi ət məhsullarının saxlanması, onlara xoş ətir verilməsi məqsədilə daha çox işlədilir.

B e c ə r i l m ə s i: Bədrənc bitkisi işıq intensivliyinə, torpaq münbitliyinə və çürüntüyə tələbkar bitkidir. Onun toxumları aprel ayının 10-20-nə qədər səpilir. Bədrənc bitkisinin toxumları tez cücərəndir. Onun cərgəarası məsafə 30-40 sm, bitkiarası isə 30 sm-dir. Toxum cücərəndən 65-70 gün sonra çiçək açır, 90-95 gündən sonra toxumu yetişir.

İ s t i f a d ə s i: Xalq təbabətində bədrənc bitkisindən qıcoldmada, tənqənəfəslikdə, kəskin ürək döyüntülərində, yüksək arterial qan təzyiqində, həzm sisteminin pozulmalarında, astmada, yuxusuzluqda istifadə edilir. Eyni zamanda o, tərlədici vasitə kimi də işlədilir. Bundan başqa bədrənc bitkisi ürəyi qüvvətləndirir və həzmi sürətləndirir.

Məsələn, 20 q bədrənc bitkisinin yerüstü hissəsini 1 litr qaynar suda dəmləyib, alınan maye gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml qəbul edilərsə, o, bütün növ əsəb xəstəliklərinin və mədə spazmalarının qarşısını alır.

Yaxud: - 1 xörək qaşığı doğranmış bədrəncin yerüstü hissəsini, 40%-li araqda, 7 gün qaranlıq yerdə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 1-2 çay qaşığı qəbul edilərsə, o, həzmi sürətləndirir, ürək döyüntülərini nizamlayır.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
40	Su yarpızı <i>Mentha aguatica</i> L. Tüklü (uzunyarpaq) yarpız <i>Mentha longifolia</i> L.	16. IV köklü	-	30x20	13. VII	27. VIII	13.X-180	-	-	-
41	Adi damotu, şirquyuğu <i>Leonurus cardiaca</i> L.	14. IV köklü	-	40x40	27. VI	21. VIII	6.IX-144	-	0,03- 0,05	-
42	Adi zoğal <i>Cornus mas</i> L.	-	-	-	29. III	16. VIII	11.IX-164	-	-	-
43	Kəpəz kəklikotu <i>Thymus kjaipazi</i> A. Grossh.	-	-	-	13. V	26. VI	-	-	0,1-0,5	-
44	Qarağılə, mərcəngilə <i>Vaccinium myrtillus</i> L.	-	-	-	19. VI	16. VII	19. VIII-61	-	-	31
45	Qəşəng qızılçətir <i>Centaureum pulehelium</i> Gilib.	-	-	-	13. V- 27.VI	21. VI	17. IX-126	-	-	-
46	Dərman badrənci və ya limonotu <i>Melissa officinalis</i> L.	16. IV	12. V	30x30	19. VI	27. VII	16. VIII-122	2,6	0,01- 0,33; 0,04- 0,08	-

Daha bir resept: - 8 çay qaşığı doğranmış bədrəncin yaşıl kütləsini, 2 stəkan qaynar suda, 1 saat dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, 80-100 ml qəbul edilərsə, müxtəlif böyrək xəstəliklərində necə bir sidikqovucu dərman kimi qəbul edilir.

Ağ qan xəstəliyinə qarşı - bu bitkinin 2 xörək qaşığı qurudulmuş yerüstü hissəsini 0,5 litr qaynamış suda 2 saat termosda dəmləyib, soyuduqdan sonra alınan ekstraktı gündə 4 dəfə, yemək vaxtına 30 dəqiqə qalmış, hər dəfə 100-120 ml içməli.

Bədrənc bitkisini çay kimi dəmlənməsi ürək ağrılarına, qan təzyiqinin yüksək olmasına və həzm prosesinin pozulmasına qarşı geniş istifadə olunur.

Bundan başqa onun çay kimi dəmlənməsi, böyrək xəstəliklərində sidikqovucu və iltihabı götürən məlhəm kimi işlədilir.

Keçiqulağı, sığırquyruğu (*Verbascum L.*) - Коровяк

Keçiqulağı - Keçiqulağıkimilər (*Serophulariaceae*) fəsiləsinə aid ikiillik ot bitkisidir. *Verbascum* cinsinə daxil olan növlərin sayı 250-dən çoxdur. Bu növlər Avropadan başlamış, Atlantik okeanına, oradan isə Çinə və Şimali Afrikaya qədər olan ərazilərdə geniş yayılmışdır.

Azərbaycanda *Verbascum L.* cinsinin 25 növü var. Onlardan yalnız parlaq keçiqulağı, sığırquyruğu (*V.speciosum Schrad*) növü, institutun təcrübə sahəsində becərilir. Onun körpə bitkiləri 2009-cu ildə respublikanın şimali-qərb bölgəsindən, Şəki ərazisindən toplanmışdır.

Keçiqulağı bitkisi 1-2 m hündürlüyündə, sıx yarpağı və çiçəyi olan gümüşü rəngli bitkidir. Onun gövdəsi də gümüşü rəngli, dikduran, qabırğalı, yuxarı hissəsi piramida şəkilli bitkidir. Yarpaqları lansetşəkilli, kənarları bütöv, ucları isə iti olur.

Bitkilərin aşağıda yerləşən yarpaqlardan fərqli olaraq, yuxarı getdikcə, yarpaqların forması dəyişərək uzunsov lansetşəkilli olur. Çiçəkləri gövdənin yuxarı hissəsində dəstə şəklində yerləşir. Onların rəngi sarı, 20-30 mm uzunluğunda olur. Meyvəsi ellipsşəkilli qutucucdur.



Parlaq keçiqulağı, sığırquyruğu
(*Verbascum speciosum* Schrad.)

Keçiqulağı may-iyun aylarında çiçək açır, iyul-avqust aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycanda keçiqulağı bitkisi daha çox Böyük Qafqazın qərb bölgəsində, xüsusilə də Şəki ərazisində, onun çəmənliklərində, çay kənarlarında və s. geniş yayılmışdır.

Təbabətdə keçiqulağı bitkisinin əsasən çiçəklərindən istifadə edirlər. Onun toplanmış çiçəkləri adətən havasını tez-tez dəyişmək mümkün olan yerlərdə və ya kölgə yerdə qurudulur.

Keçiqulağı bitkisinin tərkibində 3%-ə qədər selikli maddələrin, kumarinin, sapaninlərin, flavonoidlərin və 36,8 mq % C vitamininin olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən, parlaq keçiqulağı, sığırquyruğu (*V.speciosum Schrad*) növü

2009-cu ildə, Şəki ərazisindən gətirilmişdir. Onun kökümsov gövdələri təcrübə sahəsində torpağın 15-20 sm dərinliyinə basdırılmışdır.

Parlaq sığırquyruğu bitkisi soyuğa davamlı, işıq və rütubətə çox tələbkar bitkidir. O, əsasən qumsal və çınqıllı torpaq olan yerlərdə bitir. Su və torpaq münbitliyinə çox tələbkar bitkidir. Sığırquyruğunun kökümsovları təcrübə sahəsində 3-5 apreldə əkilmişdir.

İ s t i f a d ə s i: Sığırquyruğu bitkisinin çiçəkləri əsasən ağciyər xəstəliklərinin, öskürəyin və boğaz xəstəliklərinin müalicəsində istifadə edilir. Məsələn, tənəffüs yolları xəstəliklərinə qarşı 10 q meşə əməköməci çiçəyi, 10 q gülxətmi bitkisinin yarpağı, 10 q dəvədabanı yarpağı, 10 q kəklikotu, 10 q sığırquyruğu bitkisinin çiçəkləri, 5 q zirə meyvəsi, 10 q gülxətmi bitkisinin kökü və nəhayət 25 q biyan kökü götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir çay qaşığı qədər götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynar su töküb, isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Alınan ekstraktı süzərək, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə 50-60 ml qəbul edirlər.

Tənəffüs yollarının iltihabına qarşı 20 q gülxətmi bitkisinin kökü, 20 q biyan kökü, 20 q ətirli bənövşə bitkisinin kökü, 20 q dəvədabanı yarpağı, 20 q sığırquyruğu çiçəyi və 20 q zirə meyvəsi götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml su töküb, isti dəmləmə hazırlayırlar və onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan qəbul edirlər.

Mədə-bağırsaqlarda köpə qarşı, 8 q cirə toxumu, 8 q sığırquyruğu çiçəyi, 30 q keşniş toxumu götürüb, üzərinə bir xörək qaşığı şəkər tozu töküb, onu 0,5 litr suda 5-10 dəqiqə qaynadırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə ½ stəkan içirlər.

Spazmalara və bağırsaqlarda əmələ gələn qaza qarşı, 1 hissə cirə toxumu, 1 hissə razyana toxumu, 1 hissə zirə toxumu və 2 hissə nanə yarpağı götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 çay qaşığı

qədər götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər, yarım saatdan sonra onu süzlər və gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Gəndalaş (*Sambucus* L.) - Бузина

Gəndalaş - Doqquzdonkimilər (*Saprifoliacea*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Dünyada *Sambucus* L. cinsinin yabanı halda 20 növü yayılmışdır. Bu növlərin bir neçəsi mədəni halda becərilir.

Azərbaycanda gəndalaş cinsinin 2 növü var. İnstitutun Elmi Tədqiqat bazasında becərilən onun otvari və qara gəndalaş növləridir.

Otvəri gəndalaş (*S.ebulus* L.).

Otvəri gəndalaş çox güclü sürünən kök sisteminə malik bitkidir. Onun boyu 90-180 sm-dir. Gövdəsi düz qalxan, çox şaxələnən və boz rəngli olur. Onun budaqlarının özəyi ağ rəngindədir və çox yumşaq olur. Yarpaqların əsas hissəsi uzunsov lansetşəkillidir. Onlar qısa saplaqlı, kənarları mişardışlidir. Çiçəkləri budaqların uc hissəsində yerləşən hamaş çiçəklərdir. Erkəkciklərin sayı 5-dir. Onlar qırmızıya çalan rəngdə olur. Çiçək tacı çəhrayı, ləçəkləri isə ağ rənglidir. Meyvəsinin rəngi qara giləmeyvədir.

Otvəri gəndalaş bitkisi iyun-avqust aylarında çiçək açır, avqust-oktyabr aylarında isə meyvə verir.

Otvəri gəndalaş respublikanın orta dağ qurşağına qədər, bütün ərazilərdə, Kiçik Qafqazda sulu yerlərdə, habelə Astarada və Lənkəranda geniş yayılmışdır. Bu bitkiyə meşə, çay və yol kənarlarında, bağlarda rast gəlmək olar.

Xalq təbabətində otvəri gəndalaşın bütün hissələrindən (kökündən, gövdəsindən, çiçəklərindən və meyvəsindən) istifadə

edirlər. Bu bitkinin çiçəklərini yayda, meyvəsini isə payızda toplayırlar. Onun çiçəklərini əsasən açıq havada və ya kölgə yerdə, meyvələrini isə xüsusi qızdırıcılarda qurudurlar.

Otvari gəndalaşın meyvəsinin tərkibində efir yağı, acı maddələr, boyaq maddələri, alma və askorbin turşuları var.

Çiçəklərinin tərkibində isə qlikozidlərin və şəkərlərin olduğu müəyyən edilmişdir.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində otvari gəndalaş bitkisi sidikqovucu, antiseptik vasitə kimi istifadə olunur. Məsələn, 30 q gəndalaş bitkisinin xırda doğranmış kökünü, bir litr suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər. Bu, çox güclü sidikqovucu vasitədir.

Daha bir resept: - 1 xörək qaşığı gəndalaş yarpaqlarını, 1 stəkan suya töküüb, onu 5-7 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir xörək qaşığı içirlər. Otvari gəndalaş bitkisi həm də sidik kisəsində iltihaba qarşı, bir neçə bitkinin iştirakı ilə qarışıq halında işlənir. Məsələn, 2 hissə qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi, 2 hissə dəvədabanı yarpağı, 2 hissə moruq meyvəsi və 2 hissə gəndalaş çiçəklərini götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda 10 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, süzüb, gündə yarım stəkan içirlər. Bu resept revmatizmə və soyuqlamaya qarşı ən yaxşı vasitədir.

Daha bir resept: sidikqovucu vasitə kimi 3 hissə ardıc meyvəsi, 3 hissə cəfəri toxumu, 1 hissə xoruzgülüotu, 1 hissə zirə toxumu, 1 hissə gəndalaş çiçəyi və 1 hissə razyana toxumu götürüb, onları əzib qarışdırırlar. Qarışıqdan 1 xörək qaşığını, 1 stəkan soyuq suya töküüb, 10 dəqiqə od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı içirlər.

Sidik ifrazını gücləndirmək üçün - 1 xörək qaşığı gəndalaş yarpaqlarını, 1 stəkan su ilə qarışdırıb, onu 5-7 dəqiqə zəif od

üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı içirlər.

Sidik qovucu dərman kimi, gəndalaşın çiçəkləri, göyəmin çiçəkləri, qaynağacı bitkisinin yarpaqları və gicitkən yarpaqları bərabər miqdarda götürüb, əvvəl onlar doğranılır, sonra isə qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suya töküüb, 10 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, səhər yeməyi zamanı 1 stəkan içirlər.

Otvari gəndalaşın meyvələrindən təkcə təbabətdə deyil, eyni zamanda, onun meyvələrindən və cavan budaqlarından sənayenin müxtəlif sahələrində də istifadə edirlər. Onun meyvələri çaxır istehsalında, cavan budaqları (özəyi) isə biologiya sahəsində (bitki anatomiyasında), mikroskop işlərində istifadə olunur.

Qara gəndalaş (*S.nigra* L.)

Qara gəndalaş çox qol-budaqlı kol bitkisidir. Əksər hallarda onun hündürlüyü 3-4 m, nadir hallarda isə, 5-6 m-ə çatır. Cavan budaqları əvvəl yaşıl, sonradan isə yaşılmıtlı boz rəngində olur. Yarpaqları oturaq, qarşı-qarşıya düzümlü, mürəkkəb, tünd-yaşıl rənglidir. Onlar uzunsov-yumurtavari, ucları iti, kənarları xırda mişardışlıdır. Çiçəkləri budaqların ucunda, çox çiçəkli hamaş qrupundadır. Kasa yarpaqlarının sayı 5-dir. Çiçək tacı sarımtıl-ağ rəngdə olur. Onlar adətən 5 bitişik ləçəklərdən ibarətdir. Meyvələri 2-4 çəyirdəkli, rəngləri isə parlaq olur.

Qara gəndalaş may-iyul aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycanda qara gəndalaşa respublikanın aşağı dağ qurşağından başlamış, orta dağ qurşağına qədər olan bütün ərazilərdə, meşəlik və kolluq yerlərində, meşəli dağların döşündə

və s. rast gəlinir. O, daha çox respublikanın cənub bölgəsində, xüsusilə də Lənkəranda geniş yayılmışdır.

Qara gəndəlaş bitkisinin tərkibi zülal və aşı maddələri, efir yağı, alma, sirkə turşusu və valerian turşusu ilə çox zəngindir.



Qara gəndəlaş
(*Sambucus nigra* L.)

İstifadəsi: Qara gəndəlaş həm dərman bitkisi kimi, həm də zəhərli bitki kimi Farmakopeyaya daxil edilmişdir. Əksər hallarda onun çiçəklərindən və meyvəsindən, tək-tək hallarda isə kökündən istifadə edirlər.

Xalq təbabətində qara gəndəlaşın qurudulmuş çiçəklərini çay kimi dəmləyərək onu soyuqdəyməyə və öskürəyə qarşı içirlər.

- Qara gəndəlaşın çiçəklərindən, bağayarpağı və bənövşənin yerüstü hissələrindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 4 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan soyuq suya töküüb, 3-5 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100 q içirlər. Bu resept həm də öskürəyə qarşıdır.

Başqa bir resept: - qara gəndəlaşın qurudulmuş çiçəklərindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 20 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, $\frac{1}{4}$ stəkanı bal və ya şəkərlə içilərsə, baş və döş ağrılarını sakitləşdirir.

- Gəndalaşın doğranmış yarpaqlarından bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan soyuq suya töküb qarışdırırlar (bunu yarpağın islanması üçün edilir). Sonra onu zəif od üzərinə qoyub, 5-7 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir xörək qaşığı içirlər. Bu resept sidik ifrazını gücləndirir.

Qeyd etmək lazımdır ki, qara gəndalaşın kökü çox güclü sidikqovucu təsirə malikdir. Lakin onun cavan budaqları və yarpaqları isə işlətmə dərmanı kimi istifadə olunur.

Qara gəndalaşın təzə meyvələri isə revmatizmə və əsəbə qarşı necə bir işlətmə dərmanı kimi istifadə edilir.

Eyni zamanda, qara gəndalaş bitkisi müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində, bir çox bitkilərlə birlikdə qarışıq halında da işlədilir.

Məsələn, revmatizm xəstəliklərinə qarşı gəndalaş bitkisinin çiçəklərindən, cökə çiçəklərindən və daziotunun yerüstü hissəsindən bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynamış suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, hər gün 2 stəkan (səhər və axşam) içirlər.

Yuxarı tənəffüs yollarının iltihabı xəstəliklərinə qarşı qara gəndalaş bitkisinin çiçəklərini, göyəmin və sığırquyruğunun çiçəklərini, cökənin və çobanyastığının çiçəklərini və nəhayət söyüdü qabıqlarından bərabər miqdarda götürüb, onları qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, qaynar (isti) halda qəbul edirlər.

Ağciyərlərin iltihabına qarşı gəndalaş və çobanyastığı bitkilərinin çiçəklərini bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 15 dəqiqə dəmdə saxlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər, həm də sətəlcəm və plevritə qarşı gəndalaşın qurudulmuş çiçəklərindən 1 xörək qaşığını, 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər və 20 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu

süzürlər və gündə 4 dəfə, hər dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl, $\frac{1}{4}$ stəkan içirlər. Bura bir qədər bal da əlavə etmək olar.

Ürək xəstəliyinə qarşı gəndalaşın doğranmış kökündən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda 15 dəqiqə qaynadırlar. 30 dəqiqədən sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı içirlər.

Baş ağrılarına qarşı qurudulmuş gəndalaş çiçəklərindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 20 dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan bal və ya şərbətlə içirlər.

Bronxial astmaya qarşı 1 hissə gəndalaş çiçəyi, 1 hissə söyüd ağacının qabığı, 1 hissə dəvədabanı yarpağı, 2 hissə cirə götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 4 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan soyuq suda 2 saat saxladıqdan sonra 5-7 dəqiqə qaynadırlar. Sonra onu süzürlər və gün ərzində 3 dəfə içirlər.

Qəbizliyə qarşı qara gəndalaşın və tozağacının çiçəklərini, biyanın kökünü, bənövşənin yerüstü hissəsini təqribən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı qədər götürüb bir stəkan suda dəmləyirlər. Sonra onu süzürlər və gündə 2 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər. Bu resept qəbizliyə və revmatizm xəstəliyinə qarşı çox böyük təsirə malikdir.

Xalq təbabətində qara gəndalaşın meyvəsindən həm də xroniki qəbizliyə qarşı istifadə edirlər. Bunun üçün, əvvəl meyvələri əzib tənziyədən keçirirlər, sonra onu suda bişirirlər. Soyuduqdan sonra, onu gün ərzində stəkanla içirlər.

Daha bir resept: - Gəndalaşın və göyəmin çiçəklərindən, qaynağacının yarpaqlarından və gicitkənin yerüstü hissələrindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suya töküb, 10 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, hər səhər 100-150 ml içirlər. Bu, çox güclü sidikqovucu təsirə malikdir.

Babasilə qarşı gəndalaşın çiçəklərindən gündə 3 dəfə (səhər, günorta və axşam), hər dəfə 5-7 q yeyilir.

Hal-hazırda qara gəndalaş bitkisi dünyanın bir çox ölkəsində, həm də bəzək bitkisi kimi becərilir. Bizim respublikanın bir çox bölgələrində, bu qiymətli dərman bitkisinin əkilməsinə və becərilməsinə ehtiyac var.

Bəlgəmotu (*Althaea* L.) - Алтей

Bəlgəmotu Əməkəməcilər (*Malvaceae*) fəsiləsinə aid birillik və ya çoxillik ot bitkisidir. Avropanın şimalında, Aralıq dənizi ölkələrində, Kiçik Asiyada və İranda bəlgəmotu cinsinin 12 növü var. Onlardan 5 növü Azərbaycanda bitir.



Dərman bəlgəmotu, gülxətmi
(*Althaea officinalis* L.)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən *Althaea* cinsinin dərman bəlgəmotu (*A.officinalis* L.) növüdür. Onun hündürlüyü 1-1,3 m-dir. O, çox qol-budaqlı, yoğun köklərə malik bitkidir. Gövdəsi düz qalxan, üzəri məxməri rəngli tükcüklərlə örtülü olur. Bu növün yarpaqlarının kənarları küt dişli, üzəri qalın, lakin yumşaq tüklərlə örtülü olur. Onlar yumurtasəkillidir. Bitkilərin

aşağı hissəsində yerləşən yarpaqlar 5 dilimli, yuxarı hissəsindəki yarpaqlar isə 3 dilimlidir. Gövdənin aşağı hissəsində yerləşən çiçəklər uzun saplaqlı, yuxarı hissəsində yerləşən çiçəklər isə qısa saplaqlı olur. Yuxarı yarpaqların qoltuğunda yerləşən çiçəklər dəstə şəklində olur. Ləçəklərinin sayı 5-dir. Onlar çəhrayı və ya açıq sarı rəngdədir. Erkəkçiklərinin sayı isə çoxdur.

Meyvəsi dairəşəkillidir (diskşəkillidir).

Bəlgəmotu bitkisi may-iyun aylarından başlayaraq çiçək açır, oktyabr-noyabr aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycanda bu bitkiyə əsasən aran rayonlarının ərazisində, xüsusilə də Kür-Araz, Samur-Dəvəçi ovalıqlarında, çay kənarlarında, çəmənliklərdə və s. rast gəlinir.

Təbabətdə əsasən bu bitkinin kökündən istifadə edirlər. Lakin, bir çox dəri xəstəliklərini müalicə edərkən (xüsusilə də çibanları) bəlgəmotu bitkisinin həm yarpaqlarından, həm də çiçəklərindən istifadə edirlər. Bəlgəmotu bitkisinin kökü, yarpaqları və çiçəkləri həmişə bitkilərin inkişafının ikinci ilində toplanır. Onlar qurudulduqdan sonra istifadə olunur.

Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən dərman bəlgəmotu bitkisinin kökünün tərkibində 25-30% suda həll olan selik maddəsi olur ki, onun da tərkibinin 22%-ni qalakturon turşusu, 48% isə qlikoza təşkil edir. Bundan başqa, onun köklərinin tərkibində 2% asparaqin, 10-20%-ə qədər saxaroza, 11% pektin, 2%-ə qədər askorbin, 1,7% efir yağı, alma turşusu və nəhayət 30% nişasta olduğu göstərilir. Çiçəklərinin tərkibində isə 0,2-0,3% efir yağı, selikli maddələr, karotin və askorbin turşuları var.

B e c a r i l m ə s i : Dərman bəlgəmotu istiyə davamlı bitkidir. O, işıq intensivliyinə, suya və torpaq münbitliyinə çox tələbkar bitkidir. Toxumları 8-10 C°-də cücərir. Onun toxumları aprel ayının 15-20-nə qədər səpilir. Bəlgəmotu bitkisinin toxumları cərgə üsulu ilə səpilmişdir. Cərgəarası 50 sm, bitkiarası 30 sm-dir. Bitkilərin toxumları cücərəndən 70-95 gündən sonra çiçək açır.

İstifadəsi: Bəlgəmotu dərman bitkisi kimi, çox qədim dövrlərdən məlumdur. Onun müalicəvi əhəmiyyəti haqda Teofrast, Pliniy, Dioskorid və İbn Sina geniş məlumat vermişdir. Dioskorid bu bitkinin adını “altana” (yəni çoxlu dərdlərin dərmanı), İbn Sina isə yunanca “adamın” (yəni çoxtərəfli, çox əhəmiyyətli) qoymuşdur.

Bəlgəmotu bitkisindən qədim Roma xalqları daha çox istifadə etmişdir. Onlar öskürəyə qarşı, bəlgəmotu bitkisini göllərin ətrafında əkib-becərərək, onların yarpaq, kök və toxumlarında məlhəm və ya cövhər hazırlayıb, dizenteriya xəstəliyini müalicə etmişlər.

Müasir Tibb elmində isə onun köklərindən hazırlanan həbləri soyuqdəymələrdən yaranan nəfəs yollarının iltihabında, ağciyər, mədə-bağırsaq xəstəliklərində, eləcə də boğaz ağrılarındakı geniş istifadə edirlər. Xalq təbabətində bəlgəmotu bitkisindən qismən az istifadə edilsə də, elmi təbabətdə ondan kifayət qədər geniş istifadə edilir. Xüsusilə də nəfəs yollarının iltihabı, ağciyər xəstəlikləri, tənəffüs yollarının kəskin və xroniki iltihabı, qanlı ishal və sidik kisəsinin iltihabı, boğaz və ağız boşluğunun selikli qişasının iltihabı və müxtəlif dəri xəstəlikləri zamanı istifadə edilir. Məsələn, nəfəs yollarının iltihabı və ağciyər xəstəlikləri zamanı necə bir yumşaldıcı vasitə kimi, 10 q sığırquyruğu çiçəyi, 10 q meşə əməköməci çiçəyi, 10 q dərman bəlgəmotu kökü, 10 q dəvədabanı yarpağı, 10 q kəklikotunun yerüstü hissəsi, 5 q zirə toxumu və 25 q biyan kökü götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan 1 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml qaynar su töküüb, isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, alınan ekstraktı gündə 3-5 dəfə, hər dəfə 50-70 ml içirlər.

Tənəffüs yollarının kəskin və xroniki iltihabı zamanı 20 q bəlgəmotu kökü, 20 q biyan kökü, 20 q dəvədabanı yarpağı, 20 q sığırquyruğu çiçəyi və 20 q zirə toxumu götürüb, qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər götürüb, onun üzərinə 200 ml

qaynar su töküb, isti sulu dəmləmə hazırlayırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 stəkan içirlər.

Qanlı ishal və sidik kisəsinin iltihabı zamanı 10 q bəlgəmotu kökü götürüb, onu 1 litr suda dəmləyirlər və gündə 2 dəfə (səhər və axşam) içirlər.

Boğaz və ağız boşluğunun selikli qişasının iltihabı zamanı 50 q palıd ağacının qabığı, 40 q qaraqınıq bitkisinin yerüstü hissəsi və 10 q bəlgəmotu kökünü götürüb qarışdırırlar və bu qarışıqdan isti sulu dəmləmə hazırlayıb, gündə 5-7 dəfə ağız boşluğunu qar-qara edirlər.

Bəlgəmotu bitkisinin qurudulmuş yarpaq və çiçəklərini kərə yağı ilə hazırlanmış məlhəmi, müxtəlif dəri xəstəliklərinə və eyni zamanda iltihabı götürən vasitə kimi və çibənlərə qarşı istifadə edilir.

Onu da qeyd etmək lazımdır ki, hal-hazırda tibb sənayesində bəlgəmotu bitkisinin kökündən müxtəlif xəstəliklərə qarşı, həm quru, həm də duru ekstrakt preparatları hazırlayırlar.

Bənövşə - (*Viola L.*) - Фиалка

Bənövşə - Bənövşəkimilər (*Violaceae*) fəsiləsinə aid birillik ot bitkisidir. Bu cinsin, Yer kürəsinin möhtədil qurşağında 300-dən çox növü yayılmışdır. Onlardan 22 növü Azərbaycanda bitir. Bu 22 növdən yalnız biri mədəni halda becərilir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən üçrəngli bənövşə (*V.tricolor L.*) növüdür. Onun körpə bitkiləri 2010-cu ildə respublikanın Şimal-qərb bölgəsindən (Şəki ərazisində) gətirilmişdir. Mil şəkilli kök sisteminə malik olan bu bitkinin gövdəsi dikduran və güclü budaqlanandır. Onun boyu 25 sm-ə qədər olur. Üçrəngli bənövşənin gövdəsi üzərində yarpaqlar növbə ilə düzümlü, uzunsov ellipsşəkillidir. Onlar uzunsaplaqlı, kənarları lələkvari bölümlüdür. Çiçəkləri iri olur. Onlar

yarpaqların qoltuğunda tək-tək, uzunsaplaqlı, yuxarısı (uc hissəsi) əyilmiş olur. Çiçək tacı kasa yarpaqlarından 2-3 dəfə böyük, müxtəlif rənglərdə (ağ, sarı, mavi, bənövşəyi, göy, hətta qara) olur. Bənövşənin bu növünə demək olar ki, hər yerdə, bağlarda, bağçalarda, küçələrin səkilərində və s. rast gəlmək olar. Onun çoxlu miqdarda növləri və sortları var. Əksər hallarda onlar bir-birindən rənglərinə və boylarına görə fərqlənirlər. Bənövşə cinsinin əcdadı isə məhz üçrəngli bənövşə (*V.tricolor* L.) hesab olunur. Meyvəsi çoxtoxumlu qutucuqdur. Adətən bənövşə yazda çiçək açır. Lakin onun payız və qış aylarında da çiçək açan sortları və formaları var.



Üçrəng bənövşə
(*Viola tricolor* L.)

Üçrəngli bənövşəyə (*V.tricolor* L.) yabanı halda Azərbaycanın dağlıq və dağətəyi ərazilərində, çəmənlərdə, meşə kənarlarında, xüsusilə də kolluq yerlərində, dağ çaylarının kənarlarında və s. rast gəlinir.

Təbabətdə bu bitkinin bütün hissələrindən istifadə edilir. Onu yerüstü hissələrini yazda toplayırlar və açıq havada, lakin kölgə yerdə qurudurlar.

Üçrəngli bənövşənin çiçəklərinin tərkibi C vitamini, saponinlərlə, efir yağı, violakersitrin, saponarin, violatin, filloxinon və ureol turşusu ilə çox zəngindir.

B e c ə r i l m ə s i : İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən üçrəngli bənövşə (*V.tricolor* L.) növüdür. O, soyuğa davamlı bitkidir. Onun becərilməsi üçün qumsal, gillicəli və çürüntülü torpaq seçilsə də, onu vegetasiya dövrünün sonuna qədər saxlamaq mümkün olmamışdır. Abşeron şəraitində bu qiymətli bitkinin becərilməsinə bir daha cəhd göstəriləcəkdir.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində bənövşənin başqa növlərindən və formalarından fərqli olaraq, üçrəngli bənövşədən daha çox istifadə edilir. Onun çiçəklərinin tərkibindəki saponin birləşmələri, bəlgəmgətirici və yumşaldıcı təsirə malikdir. Ona görə də, ondan bronxitə, laringitə və qastritə qarşı istifadə edilir. Tibbdə üçrəngli bənövşə bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də tənəffüs yolları xəstəliklərinə və sidik kisəsinin iltihabına qarşı, daha çox istifadə edilir. Bundan başqa, o, müxtəlif dəri xəstəliklərinin müalicəsində, xüsusilə də revmatizmidə, podaqra və aterosklerozun müalicəsində işlədilir. Məsələn, 50 q doğranmış bənövşəni bir stəkan suda dəmləyib, gün ərzində içirlər.

Üçrəngli bənövşə həm də quru bronxitə qarşı bir neçə bitkilərlə birlikdə qarışıq halda istifadə edilir. Məsələn, 10 q dəvədabanı yarpağı, 10 q üçrəngli bənövşə, 10 q bağayarpağı, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q novruzçiçəyi bitkisinin yerüstü hissəsi və kökü, 10 q zirə toxumu, 20 q gülxətmi kökü və 10 q biyan kökü götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən sonra, hər dəfə 70-80 ml içirlər.

Bronxial astmaya qarşı gəndalaş bitkisinin çiçəklərindən, ənbərotundan, bağayarpağından və üçrəngli bənövşədən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 4 çay qaşığını, bir

stəkan soyuq suya töküb, 2 saat saxladıqdan sonra, onu 3-5 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gün ərzində 3 dəfə içirlər. Bu, təkcə bronxial astmaya qarşı deyil, o, həm də bronxitə və bronxoektaziyalara qarşı istifadə edirlər.

Öd daşı xəstəliyinə qarşı 10 q dəmrovotunun yerüstü hissəsi, 20 q daziotunun yerüstü hissəsi, 10 q üçrəng bənövşə və 10 q zirə toxumu götürüb qarışdırırlar və bu qarışıqdan 10 q götürüb, onun üzərinə 200 ml su töküb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 100-150 ml qəbul edirlər.

Öd ifrazını artırmaq məqsədilə çoxlu bənövşə şirəsi içmək lazımdır. Yaxud, bənövşəni çay kimi dəmləyib içdikdə, o, öd ifrazını artırır, ürəyin fəaliyyətini gücləndirir, qusmanı dayandırır, yüksək temperaturanı normallaşdırır.

Sidik ifrazının gücləndirilməsi üçün 10 q bənövşə çiçəyini bir litr suda qaynadıb, onun suyunu içirlər.

Böyrək çatışmazlığına qarşı əvvəl bənövşənin, pərpətöyünün və qızılgülün şirəsi (suyu) alınır, sonra istənilən qədər içilir. Üstündən cəviz və ya şam qozası yeyilir. Əgər bu müalicə bir müddət davam edilərsə, onun böyrəklərə təsiri böyükdür.

İshala qarşı 3 hissə qarnıyarıq toxumu, 3 hissə reyhan toxumu və 3 hissə razyana toxumu götürücü onları növbə ilə - bənövşə şirəsi, alma şirəsi və şəkər şərbəti ilə içilir. Əvvəl reyhan toxumu 10-15 q bənövşə şirəsi ilə, razyana toxumunu alma şirəsi ilə, qarnıyarıq toxumu isə şəkər şərbəti ilə içilir.

Həzmetmə pozğunluqlarına qarşı 20 q zirə, 20 q mixək, 20 q bənövşə, 10 q andız kökü, 10 q kakao, 5 q darçın, 10 q məstəki və 300 q şəkər götürüb, onlar əvvəl həvəngdə əzib toz halına salınır, sonra ora gül suyu əlavə edib, məcun hazırlayırlar və gündə 5-6 q qəbul edirlər.

Baş ağrılarına qarşı bənövşəni çoxlu qoxladıqda və ya onun sıyığını başa qoyduqda, baş ağrısı sakitləşir.

Baş ağrılarına qarşı 21 q razyana, 21 q gül, 21 q bənövşə çiçəyi, 12 q kəbabiyyə və 9 q zəfəran götürüb, onların bir qismini əzib, bir qismini isə döyüb qarışdırırlar. Qarışığa kifayət qədər

bal əlavə edib, məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 5-10 q qəbul edirlər.

Bəlğəmə qarşı bənövşənin kökünü suda qaynadıb, onun suyunu balla içməli.

Qaşınmaya qarşı bənövşənin çiçəklərini əzib, onu sıyıq halında dəriyə sürtürlər.

Biyan (*Glycyrrhiza* L.) - Солодка

Biyan - Paxlahlılar (*Fabacea*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Azərbaycanca biyan cinsinin 5 növü var.



Tüksüz Biyan
(*Glycyrrhiza glabra* L.)

İnstitutun Elmi-Tədqiqat bazasında becərilən *Glycyrrhiza* L. cinsinin tüksüz biyan (*G. glabra* L.) növüdür. Onun hündürlüyü 80-90 sm-dir. O, çox güclü kök sisteminə malik bitkidir. Biyanın kökləri təqribən 3-6 m torpağın dərin qatlarına qədər gedir. Kökünü eninə kəsdikdə, o, ya tünd-sarı və ya sarı-limon rəngində olur. Gövdəsi çılpaq, düz qalxan, möhkəm, az və ya çox dərəcədə

budaqlanandır. Gövdə üzərində yarpaqlar növbə ilə düzümlü, uzunsov-yumurtaşəkillidir. Çiçəkləri gövdənin uc hissəsində toplanaraq çiçək salxımı əmələ gətirir. Onlar seyrək, rəngləri isə solğun olur. Erkəkciklərin sayı 10-dur. Meyvəsi uzunsov, çətin açılan, qonur rəngli, içərisində 3-6 toxum olan paxladır.

Biyanın bu növü may-iyun aylarında çiçək açır, iyul-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycanda tüksüz biyan bitkisi Kür-Araz ovalığından başlayaraq, aşağı dağ ətəklərinə qədər bütün ərəzilərdə, çay kənarlarında, su kanallarının və əkin sahələrinin kənarlarında, qumsal torpaqlarda və s. topa halında bitir.

Dərman hazırlamaq məqsədilə, biyan bitkisinin kök və kökümsovlarından istifadə edirlər. Bunun üçün əvvəl bitkinin kökləri xarici qabıqdan təmizlənir, sonra onlar yuyulur, doğranılır və qurudulur. Qurudulmuş köklər adətən açıq-sarı rəngində olur.

Müəyyən edilmişdir ki, biyanın bu növünün kökü və kökümsovlarının tərkibini əsasən qlisirrizin təşkil edir. Şəkərdən bir neçə dəfə şirin olan qlisirrizin, biyan bitkisinin kökünün tərkibində 6-12%-dir. Bundan başqa onun kökünün tərkibində 3% qlikoza, 5%-ə qədər saxaroza, 2-4% asparaqin, 20% nişasta və 4% qətran maddələrinin olduğu müəyyən edilmişdir.

İ s t i f a d ə s i : Şirin və ya tüksüz biyan növü necə bir dərman bitkisi kimi, bütün Avropa ölkələrinin Farmokopeyasına daxil edilmişdir. Onun bu növü, ən qədim dərman bitkisi hesab olunur.

Şirin biyan bitkisinin kökündən tənəffüs yollarının iltihabına qarşı eyni zamanda ondan sidikqovucu və işlədici dərman kimi istifadə edirlər. Məsələn, 3-4 qaşiq doğranmış biyan kökünü suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, döş qəfəsi xəstəliklərinin müalicəsinə müsbət təsir göstərir və öskürəyin qarşısı alınır.

Şirin biyan bitkisi həm də ayrı-ayrı bitkilərlə birlikdə qarışıq halında da istifadə olunur. Məsələn, müxtəlif dəri xəstəliklərinə qarşı, həm də böyrəklərin və həzm sisteminin fəaliyyətini

gücləndirmək məqsədilə, 20 q razyana meyvəsi, 20 q biyan kökü, 20 q murdaça qabığı, 20 q atpıtrağı kökü və 20 q zəncirotu kökünü götürüb qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Bronxial astma və bronxit xəstəliklərinə qarşı 10 q andız kökü, 10 q dəvədabanı yarpağı, 10 q üçrəngli bənövşənin yerüstü hissəsi, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q biyan kökü, 10 q zirə toxumu, 10 q nanə yarpağı və 10 q bağayarpağı götürüb qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu 2 stəkan suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Bəlğəmgətirici dərman kimi 25 q gülxətmi bitkisinin kökü, 25 q biyan kökü və 25 q andız bitkisinin kökünü götürüb qarışdırırlar. Həmin qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu 2 stəkan suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə qarşı 15 q murdaça qabığı, 15 q şirinbiyan kökü, 15 q razyana toxumu, 2,5 q gülxətmi toxumu və 30 q zəyərək toxumu götürüb, onları əzib qarışdırırlar. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda çay kimi dəmləyib, yeməkdən sonra, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Bronxitə qarşı, biyanın kökü və çobanyastığının çiçəkləri ayrı-ayrılıqda suda qaynadılır və hərəsindən bir stəkan səhər, 1 stəkan axşam içirlər. Bu soyuqlama nəticəsində bronxlarda əmələ gələn çatışmazlığı aradan qaldırır.

Ağciyər xəstəliklərinə qarşı 250 q zəyərək (kətan) toxumu, 250 q pambıq toxumu, 500 q biyan kökü, 125 q göy noxud və 500 q zirə toxumu götürüb, onları həvəngdə döyüb, badam yağı ilə yoğururlar. Sonra ora bal əlavə edib məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, xörək qaşığı ilə qəbul edirlər.

Mədə turşuluğunun artmasına qarşı 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q razyana bitkisinin meyvəsi, 20 q gülxətmi bitkisinin kökü,

20 q biyan kökü və 20 q nanə bitkisinin yarpağını götürüb qarışdırılır və həmin qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 400 ml qaynar su töküb, isti sulu dəmləmə hazırlanır. Bu dəmləmədən gündə 3 dəfə, hər dəfə 100-150 ml yeməkdən əvvəl qəbul edirlər.

Sidikqovucu dərman kimi 6 hissə ardıc meyvəsi, 2 hissə şirinbiyan kökü və 2 hissə razyana toxumu götürüb qarışdırırlar. Onu 6 saat soyuq suda saxladıqdan sonra, 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan içirlər. Bu resept çox güclü olduğundan hamilə qadınlara məsləhət görülmür.

Daha bir resept: - sidikqovucu dərman kimi ardıcın meyvəsi, şirinbiyan kökü və cəfəri bitkisinin kökü bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər götürüb, 6 saat soyuq suda saxladıqdan sonra, onu zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan içirlər.

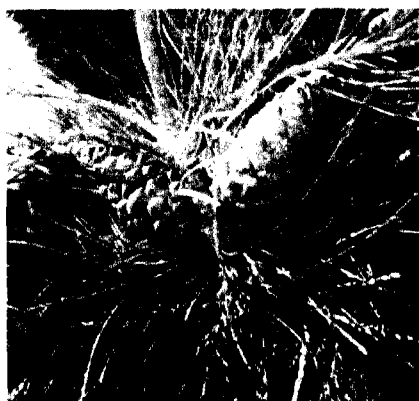
Ümumiyyətlə tüksüz biyan növü təkcə müalicəvi əhəmiyyətə malik deyil, o, həm də təsərrüfat əhəmiyyətli bitkidir. Belə ki, son zamanlar, onun kökü və kökümsovlarından hazırlanmış toz, spirtsiz içkilərin hazırlanmasında çox geniş istifadə edilir. Bundan başqa onun kökündən hazırlanmış ekstrakt, şərq xalqlarının xörəklərində və şirniyyatlarının hazırlanmasında istifadə edilir.

Şirin biyan bitkisinin yerüstü hissəsi, həm də yem kimi istifadə edilir.

Şam (*Pinus L.*) - Сосна

Şam - Şamkimilər (*Pinaceae*) fəsiləsinə aid ağac bitkisidir. Bu cinsin mülayim qurşaqda 75 növü məlumdur. Azərbaycanda onlardan yalnız 2 növü bitir.

İnstitutun Elmi Tədqiqat bazasında qorunub saxlanılan *Pinus* L. cinsinin adi meşə şam *P.silvestris* L. növüdür. Onun hündürlüyü 18-20 m-dir. Gövdəsi düz qalxan, aşağı hissəsi isə, bir qədər yoğunlaşmış görünür. Gövdənin aşağı hissəsinin rəngi boz, yuxarı hissəsi isə sarı rəngində olur. Adi şamın cavan budaqları açıq-sarı rəngindədir. Bu budaqlarda qozalar ya tək-tək, yaxud 2-4 ədəd olur. Onların rəngi əvvəl yaşıl, sonradan isə onlar boz olur. Qozalar yumru, lakin bir qədər aşağı sallanmış olur.



Adi Şam
(*Pinus silvestris* L.)

Azərbaycanda adi şam əksər hallarda 1600 m-dən hündür olan ərəzilərdə, orta və yuxarı dağ qurşağında, meşə kənarlarında, onlar ayrıca qrup halında bitirlər.

Adi şam ağacı daşlı-qayalı yerlərdə daha yaxşı inkişaf etdiyi üçün, adətən onu respublikanın dağlıq və dağətəyi rayonlarında, mədəni halda həm əkilər, həm də becərilər.

Təbabətdə adi şam bitkisinin əsasən qozalarından istifadə edirlər. Onun erkək qozalarının tərkibi efir yağı, qətran birləşmələri və C vitamini ilə çox zəngindir.

Adi şam (*P.silvestris* L.) ağacının gövdəsinin tərkibində 150-250 mq% C vitamini və 50-75mq% karotin olur.

İstifadəsi: Adi şamın tərkibindəki efir yağından iltihaba qarşı, tumurcuqlarından isə xroniki bronxit, tənəffüs yolları xəstəliklərinə, müxtəlif dəri xəstəliklərinə, podaqra, revmatizm və sidik kisəsində olan daşlara qarşı istifadə edirlər. Məsələn, adi şamın erkək qozalarından 50 q götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda, 2 saat dəmləyirlər. Sonra ona 500 q şəkər tozu əlavə edərək sirop hazırlayırlar. Bu siropu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, 30-50 ml içirlər. Lakin, bu siropdan yalnız gündə 5-6 xörək qaşığı içmək olar.

Sidik kisəsində olan daşlara qarşı şamın qozalarını suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-70 ml qəbul etmək olar.

Bronxit və soyuqdəymələrə qarşı şamın qozalarını əzib, onu bal ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul edirlər.

Ağciyər xəstəliklərinə qarşı şam ağacı qozalarını əzib bal ilə məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edirlər.

Yaxud: - 50 q şam ağacı qozaları yeyib, üstündən 1 stəkan üzüm doşabı içməli.

Bəlgəmə qarşı tənəffüs yollarını bəlgəmdən təmizləmək üçün, şam ağacı qozalarını əzib bal ilə qarışdırırlar. Alınan qarışıqdan (məcundan) gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edirlər.

Sidik kisəsində quma qarşı şam ağacı qozalarını suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, onun suyunu stəkanla içirlər.

Daha bir resept: - şam ağacının qozalarını əzib, onu bal ilə qarışdırırlar. Alınan məcun gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul edilir.

Sidik ifrazının tənzimlənməsi, tez-tez törənən sidik ifrazının qarşısını almaq üçün, xəstə çoxlu şam ağacı qozası yeməlidir. Onda sidik kisəsinin tonusu artır və sidik ifrazı normallaşır.

Əgər şam ağacının qabığını sirkə ilə qaynadıb, onunla qarqara edilsə, diş ağrısı kəsilər.

Əgər şam ağacının yarpaqlarını əzib, onun tozu yaranın üstünə səpilsə, yara tez sağalır.

Əgər şam ağacının yarpaqlarını və gövdəsinin qabığını suda qaynadıb, onun suyu içilərsə, qaraciyər ağrıları sakitləşər.

Böyrək-sidik kisəsi iltihabına qarşı, 5 q qırmızı gül, 5 q ladan, 5 q qarpız toxumu, 5 q qabaq toxumu, 5 q şam qozası, 5 q nişasta, 5 q gülbəsər toxumu, 5 q kərəviz toxumu, 5 q bal mumu, 5 q xaş-xaş toxumu və 1000 q bal götürüb qarışdırılır. Bu tərkibli qarışığı, bir şüşə qaba yığıb, onu gündə 3-4 dəfə, desert qaşığı ilə xəstəyə verilir.

Şam ağacı qozasını suda qaynadıb gündə 3 dəfə, onun suyu içilərsə, böyrəklərin fəaliyyəti güclənir.

Sidik kisəsinin iltihabına qarşı, bu xəstəlikdən xilas olmaq üçün ən yaxşı əlac - çoxlu qarpız, gülbəsər, armud, alça, şirin nar, heyva, alma, badam, püstə, fındıq və şam qozası yemək xeyirlidir və lazımlıdır.

Şam ağacı qozasını əzib balla məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edilərsə, sidik kisəsi və böyrək iltihabı xəstəliyinin sağlması sürətlənir.

Əgər şam ağacı saqqızını çiy yumurta ilə qarışdırıb, alınan məcun bir müddət fasiləsiz qəbul edilərsə, o hətta vərəm xəstəliyinin sağlmasına kömək edir.

Revmatizmə qarşı 500 q şamın tumurcuqlarından götürüb, onu bir litr suda 30 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra ona bir qədər də su əlavə edib, onunla vanna edirlər.

Laringit, traxeit və anginaya qarşı 15 q şam tumurcuğu, 15 q evkalipt yarpağı, 20 q sürvə yarpağı, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q nanə yarpağı, 20 q andız kökü və 10 q kəklikotu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 2 litr su töküb qaynadırlar. Sonra onun buxarı ilə inqalyasiya edirlər.

Şam ağacının iynə yarpaqlarından hazırlanmış ekstrakt - revmatizm üçün əsl dərmandır.

Yara və xoralara qarşı 20 q bal mumu, 20 q şam saqqızı, 20 q təmiz qətran, 10 q kasni və 90 q zeytun yağı götürüb - əvvəl şam saqqızı ilə qətran döyülüb toz halına salınır, sonra zeytun yağına az miqdarda su əlavə edib, onların hamısı bir yerdə od üzərində qaynadılaraq qarışdırılır və alınan məlhəmi yaralara sürtürlər.

Gavalı (*Prunus L.*) - Слива

Gavalı - Gülçiçəklilər (*Rosaceae*) fəsiləsinə aid ağac və ya kol bitkisidir.

Yer kürəsinin mülayim qurşağında, Qafqazda, o cümlədən də Azərbaycanda gavalı cinsinin 5 növü var. Onlardan yalnız 2 növü mədəni halda becərilir.



Adi Gavalı
(*Prunus domestica L.*)

Adi gavalı (*P.domestica L.*) növü, dünyanın bir çox ölkələrində, o cümlədən də Avropada, Afrikada, Asiyada, Hindistanda, Amerikada və s. mədəni halda becərilir.

İnstitutun Elmi-Tədqiqat bazasında becərilən gavalı cinsinin adi gavalı (*P.domestica L.*) növüdür. Onun hündürlüyü 4-6 m,

bəzi hallarda isə 8 m-ə çatır. Gövdəsi dikdurandır. Onun cavan zoğları adətən tikansız, yarpaqları qısa saplaqlı, kənarları isə küt və ya dişli olur. Onlar tərsyumurtşəkillidir. Ləçəklərinin rəngi ağdır. Gavalının meyvələri müxtəlif rənglərdə, göy, qırmızımtıl və sarı, formaları isə əksər hallarda yumru və ovalvari olur. Meyvəsinin lət hissəsi çəyirdəkdən çox asanlıqla ayrılır.

Adi gavalı əksər hallarda aprel-may aylarında çiçək açır, iyun-iyul aylarında isə meyvə verir.

Gavalı cinsinin bu növü, respublikanın bütün bölgələrində mədəni halda becərilir. O, respublikanın Kür-Araz ovalığından başlamış, orta dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə geniş yayılmışdır.

Xalq təbabətində dərman bitkisi kimi gavalının təkcə meyvələrindən və çiçəklərindən deyil, eyni zamanda onun gövdəsinin qabığından da istifadə edirlər.

Gavalının meyvəsinin tərkibində 2%-ə qədər pektin birləşmələri, alma və çaxır turşuları, C və B vitaminlərinin olduğu müəyyən edilmişdir. Bundan başqa onun meyvələrinin tərkibində 6%-dən - 17%-ə qədər şəkər, 0,2%-dən - 1,5%-ə qədər turşu və 10 mq% A vitamini var. Gavalının çəyirdəyinin tərkibində isə 30%-ə qədər yağ olduğu müəyyən edilmişdir.

İ s t i f a d ə s i : Adi gavalının çiçəkləri və meyvələri ürək-damar xəstəliklərində, sidik yolları və böyrək xəstəliklərində, qəbizlikdə, piylənmədə və müxtəlif dəri xəstəliklərində geniş istifadə edilir. Bundan başqa, onun gövdəsinin qabığı, budaqları və yarpaqları da bir çox xəstəliklərin müalicəsində işlənir. Məsələn, adi gavalının meyvəsindən hazırlanmış marmelad xroniki qəbizlikdə daha çox işlənir.

Əgər axşam yatandan əvvəl, gavalıdan hazırlanmış marmelad və ya 10-15 ədəd onun meyvəsi yeyilərsə, xroniki qəbizlik aradan qalxmış olur.

Baş ağrılarına qarşı - əgər gavalı ağacının qabığını, cavan budaqlarını və yarpaqlarını doğrayıb, onu 30 dəqiqə suda

qaynadıb, alınan maye ilə xəstənin başı yuyularsa başağrıları sakitləşir.

Sidik yolları xəstəliklərinə qarşı xalq təbabətində gavalı bitkisinin çiçəklərindən necə bir sidikqovucu dərman kimi istifadə edirlər. Lakin sidik yolları xəstəliyinin tamamilə aradan qalxması üçün, bir neçə bitkinin qarışığından istifadə edirlər. Məsələn, gavalının çiçəklərini, gəcəvərin kökünü, qatırquyruğunun yerüstü hissəsini, lobyanın meyvəsi və ardıc meyvəsini qarışdırırlar. Qarışıqdan 4 xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə bir litr isti su tökürlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Ürək əzələlərinin iltihabı xəstəliklərinə qarşı gavalının çiçəyi, yemişanın çiçəyi və boymadərənin yerüstü hissəsini qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir litr suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər.

Qəbizliyə qarşı gavalının çiçəyindən, gəndalaşın çiçəyindən, dalamazın və çobanyastığının çiçəklərindən və nəhayət, mürdəşənin qabığından bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı qədər götürüb, bir stəkan suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər.

Beləliklə, adi gavalının meyvələrindən hazırlanmış mürəbbə, cem, povidla, xüsusilə də onun qurudulmuş meyvəsi insan orqanizminin sağlamlığı üçün çox faydalıdır.

Ürəyin müxtəlif xəstəliklərinə qarşı çoxlu turş gavalı şirəsi içmək lazımdır.

Bağırsaq qurdlarına qarşı gavalının yarpaqlarını əzib, ondan hazırlanmış sıyığı xəstənin qarnının üzərinə yaxmalı.

Ekzemaya (sövdəyə) qarşı gavalının meyvələrini əzib, onu sirkə ilə qarışdırılıb, xəstənin ekzema olan yerlərinə sürtməli.

Yoğun bağırsağın iltihabına qarşı gavalı meyvəsini sıxıb, onun şirəsini stəkanla içirlər.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
47	Parlaq keçiqulağı, sıgırquyruğu <i>Verbascum speciosum</i> <i>Schrad.</i>	3. IV köklü	-	30x40	21. V	6. VI	13. VIII-132	-	-	-
48	Otvəri gəndalaş <i>Sambucus ebulus</i> L.	-	-	-	17. VII	29. VIII	17. X-92	-	0,30	-
49	Qara gəndalaş <i>Sambucus nigra</i> L.	-	-	-	28. V	16. VI	17. IX-111	-	0,30	-
50	Dərmən bəlgəmotu, gülxətimi <i>Althaea officinalis</i> L.	18. IV köklü	-	30x30	20. VI	12. VII	30. X-195	-	1,7 0,2-0,3	-
51	Ücrəng bənövşə <i>Viola tricolor</i> L.	16. IV köklü	-	30x20	19. V	-	-	-	+	-
52	Tüksüz biyan <i>Glycyrrhiza glabra</i> L.	-	-	-	20. V	11. VI	16. XII - 13. IX-115	-	-	-
53	Adi şam <i>Pinus silvestris</i> L.	-	-	-	26. IV	-	-	-	+	-
54	Adi gavalı <i>Prunus domestica</i> L.	-	-	-	11. V	27. VI	12. VII-62	-	-	-

Badamcıqların iltihabına qarşı gavalının yarpaqlarını çay kimi dəmləyib, onunla qarqara edirlər.

Müxtəlif boğaz xəstəliklərinə qarşı gavalının yarpaqlarını suda qaynadırlar, sonra alınmış maye ilə qarqara edirlər.

Qaşınmaya qarşı gavalının tam yetişmiş meyvələrini sirkəyə batırıb, onu qaşınan yerlərə sürtməli.

Ürək bulanması və qusmaya qarşı gavalının meyvələrindən alınmış şirəni, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içməli.

Gavalı çəyirdəklərinin şirəsini çıxarmaq üçün istənilən qədər şirin gavalının çəyirdəklərini çıxarıb, onları təmiz bir qaba yığaraq üzərinə su töküüb, onu 1 gün suda saxladıqdan sonra, qaynadırlar. Sonra süzüb, suyuna şəkər əlavə edirlər və yenidən zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzülər və onun suyunu gündə 3-4 dəfə içirlər. Bu, hətta yüksəlmiş temperaturu normallaşdırır.

Qırxbuğum, yolotu (*Polygonum L.*) - Горец

Qırxbuğum - *Polygonaceae* fəsiləsinə aid bir, iki, bəzən çoxillik ot və ya yarımkol bitki cinsidir. Dünyada 200 növü, bir çox ədəbiyyat mənbələrində isə onun 800 növünün olduğu göstərilir.

Azərbaycanda bu bitkinin 27, bəzi ədəbiyyat mənbələrində, onun 54 növünün olduğu qeyd edilir. İnstitutun təcrübə sahəsində qırxbuğum cinsinin bir növü - dağ qırxbuğumu (*P.alpestre* C.A.M.) becərilir. Onun bu növü 2003-cü ildə Gəncə şəhərindən gətirilmişdir.

Qırxbuğumun bu növünün kökü tünd-qəhvəyi rəngli kökümsov gövdələrdən ibarətdir. Gövdəsi nazik, əti qırmızı, 5-15 sm, bəzən 40-60 sm uzunluğunda çox saylı budaqları olan bitkidir. Yerə səriləndir. Yarpaqları qısa saplaqlı, uzunsov yumurta şəkillidir. Yarpaqlarının ucu sivri, uzunluğu 2 sm-dir.

Çiçəkləri xırda, ağ rəngdə olur. Çiçək yatağı qırmızı yaxud çəhrayı rənglidir. Toxumları üçüzlü, rəngləri qara, parlaqdır. Onlar yumurtavari formada olur.



Dağ Qırxbuğumu
(*Polygonum alpestre* C.A.Mey.)

Bu bitki Respublikanın bütün bölgələrində, o cümlədən də Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının yuxarı hissəsində, Abşeronda, Lənkəran zonasında, Kür-Araz ovalığında və s. geniş yayılmışdır.

Onun bu növü bir may-iyun aylarında, bir də sentyabr-oktyabr aylarında çiçək açır və meyvə verir.

Qırxbuğum bitkisinin bütün növləri dərman bitkisi kimi istifadə edilir. Onların tərkibi flavonoidlərlə çox zəngindir. Əti qırmızı qırxbuğumun kökünün tərkibində 25-32% aşı maddəsi olur.

B e c ə r i l m ə s i : Qırxbuğum bitkisi şaxtaya davamlı, torpaq münbitliyinə qarşı çox tələbkardır. Normal böyüməsi və inkişaf etməsi üçün, optimal temperatur 5-10 C° tələb olunur. Bu bitki üçün qumsal və gillicəli torpaqlar daha çox yararlıdır.

Qırxbuğum bitkisi əkilən sahəyə əvvəl gübrə verilir, sonra şumlanır. Qırxbuğum toxumla və kökümsov gövdələrlə artırılır.

Bizim təcrübə sahəsində qırxbuğum bitkisi həm yazda (mart ayının əvvəllərində) həm də payızda (sentyabr ayının 2-ci yarısında) əkilmişdir. Ləklər üsulu ilə əkilən bitkilərin cərgəarası məsafə 30-40 sm, bitkiarası 20-30 sm saxlanılmışdır.

İ s t i f a d ə s i : Təbabətdə qırxbuğum bitkisindən və onun müxtəlif növlərindən daha çox sidikqovucu dərman kimi istifadə edirlər. Bundan başqa qırxbuğum bitkisi böyrəklərdəki daşa və orqanizmdə qanaxmaya qarşı işlədilir. Bəzi növləri isə qankəsici, ağrıkəsici və ağrı azaldıcı dərman kimi istifadə edilir. Bəzi növlər isə bal verən bitkilərdir .

Ətiqırmızı qırxbuğum bitkisinin qurudulmuş köklərindən isə daha çox mədə-bağırsaq xəstəliyinə qarşı istifadə edirlər. Bunun üçün bitkinin kökünü əvvəlcə əzib toz halına salırlar, sonra onun tozundan 20 q götürüb, onu bir stəkan suda, 20 dəqiqə qaynadırlar və yeməkdən qabaq, hər gün, gündə 3 dəfə, bir xörək qaşığı qəbul edirlər.

Böyrəklərin, sidik kisəsinin və sidik yollarının xəstəliklərinə qarşı 1 hissə qırxbuğumotu, 1 hissə ardıc meyvəsi və 2 hissə qatırquyuğu götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda, 1 saat saxladıqdan sonra süzüb, səhər və axşam, yeməkdən yarım saat əvvəl, 1 stəkan (100-150 ml) içirlər. Bu tərkibli resept əsasən böyrəklərin daş xəstəliyinə qarşı, tətbiq olunur. Nəzərə alınmalıdır ki, bu müalicə kursu uzun müddətlidir. 8 həftə fasiləsiz qəbul ediləndən sonra, 2 həftə fasilə verilir və yenidən davam etdirilir.

Bronxial astma xəstəliyinə qarşı 1 xörək qaşığı qırxbuğumun yaşıl kütləsini, 1 stəkan qaynar suda 20 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içirlər.

Qastrit - mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı 4 hissə qırxbuğumotu, 4 hissə daziotu, 3 hissə qaragilə yarpağı, 2 hissə qızılçətirotu, 2 hissə solmazçiçək, 2 hissə boymadərən çiçəyi, 1

hissə nanə yarpağı və 1 hissə çobanyastığı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 4 xörək qaşığını, 1 litr soyuq suda bir gecə saxladıqdan sonra, onu qaynama dərəcəsinə qədər qızdırırlar. Qarışığı 20 dəqiqədən sonra sıxıb cəcəsini çıxarırlar və onu süzüb, gündə 4-5 dəfə, yeməkdən əvvəl, hər dəfə 50-60 ml içirlər. Bu tərkibli resept, adətən turşuluğun azalması ilə müşahidə olunan gastritdə istifadə olunur.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı 1 xörək qaşığı qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsini 0,5 litr isti suya töküüb, 10 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı qırxbuğumun doğranmış köklərindən 1 xörək qaşığını, 1 stəkan ilıq suya töküüb, onu 30 dəqiqə qaynar su hamamında saxladıqdan sonra süzürlər, onu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.

Ağciyər vərəminə və göy öskürəyə qarşı doğranmış qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsindən 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda 5-10 dəqiqə qaynadırlar. Su hamamında 1-2 saat saxladıqdan sonra onu süzüb, göy öskürəyə qarşı ondan sakitləşdirici dərman kimi, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı içirlər.

Ürək döyüntüsü, əsəbilik və yuxusuzluğa qarşı 20 q qatırquyruğunun yaşıl kütləsi, 30 q qırxbuğumun yaşıl kütləsi və 50 q yemişan çiçəyi götürüb doğranıb qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığını, 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Qırxbuğum bitkisinin şirəsindən, daha çox qanlı və gec sağalan yaraların müalicəsində istifadə edirlər. Məsələn, yaraların şirə ilə yuyulması və ya hopdurulma (parçanı yaraların üzərinə qoyub, şirəni hopdururlar) üsulundan istifadə edirlər.

Dərman xəşəmbül - Barınc, ballı yonca (*Melilotus officinalis* L.) -

Донник лекарственный

Xəşəmbül - Barınc, ballı yonca (*Melilotus*) - paxlalılar (*Fabaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir.

Xəşəmbül cinsinin Avropa, Asiya, Şimali Afrika, Şimali Amerika və Avstraliyada təqribən 20 növü var.

Azərbaycanda Xəşəmbül - Barınc (*Melilotus*) cinsinin 7 növü bitir. Onların ağ barınc (*M.albus* L.) və sarı barınc (*M.officinalis* L.) növlərindən daha çox istifadə edirlər.



Dərman xəşəmbül
(*Melilotus officinalis* L.)

Dərman xəşəmbül (*M.officinalis* L.) növü 50-100 sm hündürlüyündə, dikduran birillik və ya ikiillik ot bitkisidir. Gövdənin əsas hissəsi silindrik, yuxarı hissəsi isə qabırğalı olur. Yarpaqları gövdə üzərində növbə ilə düzümlü, uzun saplaqlı, tərsyumurta şəkillidir. Çiçəkləri çox xırda olur. Onlar budaqların ucunda, uzun salxım çiçək qrupu əmələ gətirir. Çiçək yanlığı 5 bitişik kasa yarpaqlarından və 5 ədəd ləçəklərdən ibarətdir. Çiçək tacı sarıdır. Onlar yelkən qanadlıdırlar. Erkəkciklərin sayı 10-dur.

Bu erkəkçiklərin doqquzu bitişik, biri isə sərbəstdir. Meyvələri birtoxumlu paxladır.

Dərman xəşəmbül bitkisi may-iyun aylarında çiçək açır, iyul-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Dərman xəşəmbül növü respublikanın Kür-Araz ovalığından başlayaraq, subalp qurşağına qədər bütün ərazilərdə geniş yayılmışdır. Ona daha çox çəmənliklərdə, əkin sahələrinin kənarlarında, arxların və kanalların ətrafında rast gəlmək olar. Demək olar ki, bu bitkinin respublikamızda böyük ehtiyatı var.

Xalq təbabətində dərman xəşəmbül bitkisinin əsasən çiçəklərindən və yaşıl kütləsindən istifadə edirlər. Odur ki, bu bitkinin çiçəklərinin və yerüstü hissələrinin toplanması, bitkilərin çiçəkləmə dövrünə təsadüf edir. Adətən toplanmış çiçəklər və onun yerüstü hissələrini kölgə yerdə sərib qurudurlar.

Dərman xəşəmbül bitkisinin tərkibi kumarinlə çox zəngindir. Onun çiçəklərinin tərkibində 0,87%, vegetativ orqanlarının tərkibində isə 0,4-0,8%-ə qədər kumarin olduğu müəyyən edilmişdir. Bundan başqa xəşəmbül bitkisinin tərkibində dikumarol, melilotin, melilot turşusu, melilotozid qlikozidilərinin olduğu da müəyyən edilmişdir. Onun tərkibində həm də aşı maddələri, 4,3%-ə qədər piyli maddələr, 17,66% zülal maddələri, qətranlar və 240-370 mq% C vitamini olduğu göstərilir.

İstifadəsi: Dərman xəşəmbül bitkisi antikoagulyant və fibrinolitik təsirə malikdir. O, irinli çiban, sızanaq, revmatizm nəticəsində əmələ gələn oynaq şişlərinin, irinli yaraların və orta qulağın iltihabının müalicəsində istifadə olunur. Məsələn, 2 çay qaşığı xəşəmbül bitkisinin yerüstü hissəsini götürüb, onu 0,5 litr suya töküüb, 20 dəqiqə ağzı bağlı qabda saxladıqdan sonra, alınan məhlul ilə xəstənin ağrıyan yerlərini kompres edirlər.

Yaxud, çibanın yetişməsini sürətləndirmək məqsədilə 1 hissə xəşəmbül bitkisi, 1 hissə çobanyastığı bitkisi və 1 hissə əməköməci bitkisi götürüb qarışdırırlar. Sonra qarışığı əzib toz

halına salınmış qarışıqın üzərinə qaynar su töküb, onu sıyıq halında, tənzip üzərinə yaxıb, çibanın üzərinə yaxırlar.

Podagra və revmatizmə qarşı 20 q qurudulmuş xəşəmbül bitkisinin yerüstü hissəsini götürüb, onun üzərinə, 1 litr qaynar su töküb, ondan isti sulu dəmləmə hazırlayırlar və həmin dəmləmə ilə vanna edirlər.

Boğaz və ağız boşluğunun selikli qışasının iltihabına qarşı 20 q bəlgəmotu, 20 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q gəcəvər bitkisinin kökümsovu, 20 q xəşəmbül bitkisinin yerüstü hissəsi və 30 q kətan (zəyərək) bitkisinin toxumu qarışdırılır. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, 200 ml suda dəmlədikdən sonra, onunla ağız boşluğunu qar-qara edirlər.

Öskürəyə, xroniki bronxitə qarşı 5 q xəşəmbül bitkisinin çiçəkləri, 10 q kəklikotu, 10 q razyana toxumu, 10 q nanə yarpağı, 15 q bağayarpağı, 15 q bəlgəmotu kökü və 20 q dəvədabanı yarpağı götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-70 ml içirlər.

Qeyd etmək lazımdır ki, xəşəmbül bitkisini yüksək dozada qəbul etmək olmaz. Onun yüksək dozasının təsirindən baş ağrısı, ürək bulanma, yuxusuzluq, hətta, onun təsirindən daxildə qan axma (qansızma) baş verə bilər.

Dərman xəşəmbül bitkisi təkcə müxtəlif xəstəliklərin müalicəsində istifadə olunmur. O, həm də respublikada heyvandarlığın inkişafında çox mühüm rol oynayır. Belə ki, onun istər ağ barınc növü (*M.albus*), istərsə də sarı barınc (*M.officinalis*) növü vitaminlərlə və mineral duzlarla çox zəngindir. Onlar, həm qiymətli yem bitkiləridir, həm də yaxşı bal verəndirlər.

Respublikada yaşıl yem və silos hazırlanmasında isə, əsasən ağ barınc növünə daha çox üstünlük verilir. O, həm soyuğa, həm də quraqlığa çox davamlı növdür.

Bulaqotu (*Veronica L.*) - Вераника

Bulaqotu - Keçiqulağikimilər (*Scrophulariaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Yer kürəsinin mülayim və soyuq qurşağında, onun 200-dən artıq növü məlumdur.

Azərbaycanda bulaqotu cinsinin 40 növü var.



Dərman Bulaqotu
(*Veronica officinalis L.*)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən bulaqotu cinsinin dərman bulaqotu (*V.officinalis L.*) növüdür. Onun gövdəsi sürünən, sərilən, çoxlu kökümsovlara malikdir. Onun hündürlüyü 20-45 sm-dir. Gövdə üzərində yarpaqlar qarşı-qarşıya düzümlü, ellipsvari və ya uzunsov-tərsyumurta şəkillidir. Onlar oturaq, kənarları isə mişar dişli olur. Gövdənin yuxarı hissəsində yerləşən yarpaqlar isə, bir-birinə daha çox sıx olur. Çiçəkləri qısa saplaqlı, uzun salxım şəkilli çiçək qrupuna toplaşmışdır. Kasa yarpaqlarının sayı 4-dür. Ləçəkləri açıq mavi rəngindədir. Meyvəsi çoxtoxumlu qutucuqdur.

Dərman bulaqotu bitkisi iyun ayından başlayaraq çiçək açır, avqust ayında isə meyvə verir.

Dərman bulaqotu növünə respublikanın hər yerində, orta dağ qurşağından başlamış, yuxarı dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə, meşələrdə, çay kənarlarında, xüsusilə də sulara (suyun içində) ona daha çox rast gəlmək olar.

Xalq təbabətində dərman bulaqotu bitkisinin yerüstü hissəsindən və çiçəklərindən istifadə edirlər.

Onun yerüstü hissəsinin tərkibində insan orqanizmi üçün, lazım olan saponinlər, qlikozitlər, taninlərin olduğu müəyyən edilmişdir.

İ s t i f a d ə s i : Dərman bulaqotu mədə-bağırsaq xəstəlikləri, mədə xorası, mədə pozulmaları zamanı, eyni zamanda qan təzyiqinin nizamlanması üçün daha çox işlədilir. Bundan başqa, ondan əsəb sisteminin sakitləşdirilməsində, yuxusuzluqda və orqanizmi bir çox xəstəliklərdən qorumaq məqsədilə istifadə edilir. Məsələn, mədə-bağırsaq xəstəliklərinə və iştahsızlığa qarşı bir çay qaşığı bulaqotu bitkisindən götürüb, onu bir stəkan qaynar suya salıb, 12 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə bir stəkan onu qurtum-qurtum içirlər.

Bulaqotu bitkisi həm də bəlgəmgətirici və sinəni yumşaldıcı təsirə malikdir. Bundan başqa, o, tənəffüs yolları xəstəliklərində də geniş istifadə edilir. Məsələn, bir xörək qaşığı qurudulmuş bulaqotunu, 2 stəkan suda dəmləyib, onu gün ərzində içirlər.

Bronxlarda əmələ gələn müxtəlif xəstəliklərə qarşı 10 q bağayarpağı, 30 q bulaqotu bitkisinin yerüstü hissəsi, 5 q südotu bitkisinin kökləri və 40 q üçrəngli bənövşə götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə 200 ml soyuq su töküb 2 saat qaynadırlar. Sonra onu süzüb, gün ərzində 3-4 dəfə içirlər.

Allergiyaya qarşı bir çay qaşığı bulaqotu bitkisinin yerüstü hissəsini və bir çay qaşığı üçrəngli bənövşənin yerüstü hissəsini götürüb, onları bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzlər və gün ərzində içirlər. Bu, xəstənin tənəffüs yollarına,

eyni zamanda onun orqanizmində əmələ gələn allergiya xəstəliyinin aradan qalxmasına kömək edir.

Sabunotu (*Saponaria* L.) - Мыльнянка

Sabunotu - Qərənfilkimilər (*Caryophyllaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Avropada, Şimali Afrikada və Asiyada bu cinsin 25 növü yayılmışdır. Azərbaycanda onlardan yalnız 4 növü bitir.



Dərman sabunotu
(*Saponaria officinalis* L.)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dərman sabunotu (*S.officinalis* L.) növünün toxumları respublikanın qərb bölgəsi (Gəncə ətrafı ərazilərdən), Daşkəsəndən və Gədəbəydən toplanmışdır. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən sabunotu bitkisinin bu növünün (*S.officinalis* L.) hündürlüyü 45-80 sm-dir. Yoğun köklərə malik olan bu bitkinin gövdəsi çılpaq və ya qismən tüklü olur. Bitkilər dikduran, bəzən yuxarıdan budaqlanandır. Yarpaqları uzunsov lansetşəkillidir. Onlar qısa

saplaqlı, qarşı-qarşıya düzümlüdür. Çiçəkləri 5 ləçəklidir. Onlar ağ yaxud açıq sarı rəngdə olur. Kasa yarpaqları uzun, silindirşəkillidir. Meyvəsi uzunsov - yumurtaşəkilli, içərisi xırda toxumlarla dolu olan qutucuqdur.

Dərman sabunu bitkisi iyun ayında çiçək açır, avqust ayında isə meyvə verir. Bu bitkiyə daha çox Böyük Qafqazın qərb bölgəsində, Şəki ərazisində, Kiçik Qafqazın Daşkəsən və Gədəbəy ərazilərində rast gəlinir. Dekorativ bitki kimi Gəncədə və Şəmkirdə becərilir.

Təbabətdə əsasən bu bitkinin kökündən istifadə edirlər. Dərman sabunu bitkisinin tərkibində 5% saponinlər, saporubinlər, saponin turşusu və bir çox başqa birləşmələrin olduğu müəyyən edilmişdir.

İstifadəsi: Dərman sabunu bitkisi bronxial sekreti xəstəliyinə yumşaldıcı təsir edir və o, həm də sidikqovucu təsirə malikdir. Bu bitki, eyni zamanda işlədici və tərlədici təsirə də malikdir. Bundan başqa, dərman sabunu bitkisi bir çox dəri xəstəliklərinin müalicəsində də çox mühüm rol oynayır.

Xalq təbabətində sabunu bitkisindən revmatizmə, podaqra, qaraciyər və öd kisəsi xəstəliklərinə qarşı daha çox istifadə edirlər.

Məsələn, bronxial sekretə yumşaldıcı təsir göstərmək və mədə şirəsinin ifrazını aktivləşdirmək üçün, 10 q biyan bitkisinin kökü, 10 q zəncirotunun kökü, 10 q sabunun kökü və 20 q boyaqotu bitkisinin kökünü götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığı qədər götürüb, onu bir stəkan qaynar suda 15 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzülər və gün ərzində 2-3 stəkan içirlər.

Bağırsaqda əmələ gələn qəbizliyə yumşaldıcı imalə etmək üçün dərman sabunu bitkisinin kökü, zəncirotunun kökü və çobanyastığı bitkisinin çiçəyini bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onun üzərinə

0,5 litr qaynar su töküb, 6 saat dəmləyirlər. Sonra onunla imalə edirlər.

Daha bir resept: Toz halına salınmış (döyülmüş) sabunu bitkisinin kökündən bir çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suya tökür, 8 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, gün ərzində içirlər.

Bazedov xəstəliyi - qalxanabənzər vəzinin funksiyasının artması nəticəsində, çoxlu tiroksin hormonu ifrazı ilə əlaqədar xəstəlikdir. Bazedov xəstəliyinə qarşı, sabunu bitkisinin kökündən, şirin biyan və boyaqotu bitkilərinin köklərindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyib, səhər yeməyindən əvvəl, 1-2 stəkan içirlər.

Əzvay (*Aloe*) – Алоэ

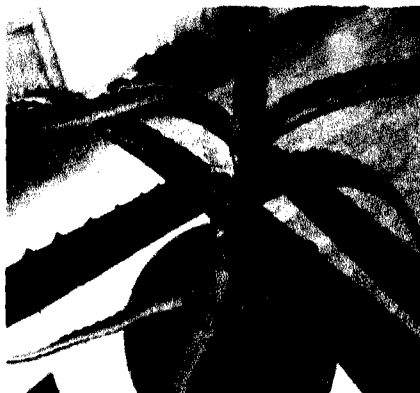
Əzvay - Zənbəqçiçəklilər (*Liliaceae*) fəsiləsindən olan kol və ya ağac bitkisi. Əzvayın vətəni Cənubi Afrikadır. Onun gövdəsi ağac şəkilli, dik durandır. Yarpaqları uzun (Afrikada bu yarpaqların uzunluğu 4 m-ə çatır), ətli, kənarları tikanlı olur. Bu yarpaqlar ağac şəkilli gövdə üzərində növbə ilə düzülür. Çiçəklərinin rəngi sarı olub, əsasən çiçək oxunun ucunda salxım çiçək qrupu əmələ gətirir.

Azərbaycanda ağacşəkilli əzvay dərman və bəzək bitkisi kimi becərilir.

Elmi təbabətdə əzvayın yarpaqlarının şirəsini pressləmə üsulu ilə sıxaraq çıxarırlar, sonra isə onu qurudurlar. Qurudulmuş şirədən istifadə edərkən, onu yenidən əzib toz halına salırlar.

Əzvayın yarpaqlarının tərkibində 2-3 %-ə qədər aloye-emoden, 7-8 % qətranlı maddələr, 2-2,5 % piyli maddələr, 0,16-0,22 % üzvi turşular, 200-300 mq/% askorbin turşusunun olduğu müəyyən edilmişdir.

İstifadəsi: Əzvay bitkisinin yarpaqlarından alınmış şirə, mədə və onikibarmaq bağırsaq xorasında, qan azlığında, vərəm xəstəliklərində, şəkər xəstəliyində, babasildə, müxtəlif dəri xəstəliklərində, qaraciyər serrozunda və s. geniş istifadə olunur. Bundan başqa, onun təzə şirəsindən qastrit xəstəliyinə və kolitlərə qarşı istifadə edirlər.



Ağacşəkilli əzvay
(*Aloe arborescens* Mill.)

Məsələn, əzvayın təzə yarpaqlarından hazırlanmış şirəsi gündə 3 dəfə, hər dəfə yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 1 çay qaşığı qəbul edilərsə qastritə və mədənin başqa xəstəliklərinə qarşı müsbət təsir edir.

Son zamanlar əzvayın yarpaqlarının şirəsindən hazırlanmış Aloyenin ampulası müxtəlif göz xəstəliklərinin müalicəsində çox geniş istifadə edilir.

Xalq təbabətində isə ondan, vərəm xəstəliyinə qarşı, necə bir qüvvətverici dərman kimi istifadə edirlər. Məsələn, əzvayın təzə şirəsini balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edilərsə, bu, xəstənin mədə və 12 barmaq bağırsaq xəstəliyindən xilas olmasına kömək edir.

Səkar xəstəliyinə qarşı 5 q əzvay və 10 q küncüd götürüb, onları əvvəl əzib toz halına salırlar, sonra isə hər səhər onu acqarına su ilə içirlər.

Yaxud: - 3 q əzvay, 2,5 q sarı saqqız, 15 q cirə və 9 q xardal götürüb, onların hər birini, səhər-səhər, ac qarına, ayrı-ayrılıqda su ilə içirlər.

Yanığa və bir çox xəstəliklərə qarşı əzvayın təzə şirəsini qurutmadan istifadə edirlər. Məsələn, əvvəl əzvay şirəsini parçaya və ya tənzipə hopdurub, sonra onu xəstənin yanıq yerlərinə sürtürlər.

Çibanlara qarşı 18 q səndəl, 18 q pişikotu, 18 q darçın, 18 q sünbül, 18 q məstəki, 18 q qızılgülün qurusu, 18 q mürsəfi, 30 q sarmaşiq və 150 q əzvay götürüb, onların hər birini, ayrı-ayrılıqda əzib, yovşan suyu ilə qarışdırırlar. Xəmir alınana qədər, onu suda qaynadırlar. Alınan xəmindən noxud böyüklüyündə həblər hazırlayıb, həftədə 3 dəfə, hər dəfə, 2 həb qəbul edirlər. Bu üsul ilə bağırsaqlar yumşalır, sağlamlıq qorunur və bir çox xəstəliklərin, o cümlədən də çibanların əmələ gəlməsinin qarşısı alınır.

Daha bir resept: - 3 q əzvay və 3 q məstəki götürüb, əvvəl onları əzib qarışdırırlar, sonra onu həftədə 1 dəfə, qəbul edirlər.

Çibanlara qarşı - 10 q əzvay, 10 q qurğuşum oksidi və 10 q şit kərə yağı götürüb qarışdırırlar. Sonra bu məlhəmi çibanın üstünə yaxırlar.

Babasilə qarşı - 10 q zəy, 10 q əzvay və 10 q kamfora götürüb, onları narın əzirlər və babasil düyünlərinin üzərinə səpirlər.

Yaxud: - 10 q əzvay, 10 q badam və 10 q nar çiçəyi götürüb, onları həvəngdə əzirlər və təmiz bez parçaya yaxıb, xəstə nahiyəyə qoyurlar.

Baş ağrılarına qarşı 12 q əzvay, 3 q müsəfi və 6 q zəfəran götürüb, onları əzib qarışdırırlar. Sonra qarışığı kərəviz suyu ilə xəmir halına çatdırırlar. Sonra xəmindən noxud böyüklükdə həblər hazırlayıb, hər axşam ondan 5 ədəd udurlar.

Bronxita qarşı 15 q əzvey şirəsi, 100 q qaz piyi, 100 q təmiz bal və 50 q kakao götürüb qarışdırırlar. Sonra qarışıqdan gündə 2 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan südlə qəbul edirlər.

Qeyd: əzvey şirəsi hamiləlikdə, uşaqlıq qanaxmalarında, güclü aybaşılarda, qanlı babasildə, böyrək və sidik kisəsi iltihablarında qəbul edilməməlidir.

Qaraciyər serrozuna qarşı kafi miqdarda kərəviz və turp suyu, 20 q əzvey, 20 q sarmaşıq, 20 q rəvənd, 20 q məstəki və 20 q badam yağı götürüb, onlardan bərk olanları narın əzib, maye olanlarla qarışdırılır. Bu qarışıqdan çəkisi 5 q olan həblər hazırlanır. Bədəni (fiziki cəhətdən) möhkəm olanlar 3 gündə 3 həb, zəif olanlar isə həftədə 5 həb qəbul etməlidir.

Gastrit - mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı gündə 2-3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 2 çay qaşığı əzvey şirəsi içməli.

Qəbizliyə qarşı əzvey şirəsi xroniki qəbizlikdə tətbiq olunur. Xəstə gündə 3 dəfə, hər dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 1-2 çay qaşığı əzvey şirəsi içilməlidir. Müalicə 1-2 ay davam etməlidir.

Qaşınmaya qarşı yarım çay qaşığı əzvey tozu götürüb, onu 1 fincan küncüd yağı və ya bir stəkan üzüm doşabı ilə içmək lazımdır.

Dizenteriyaya (qanlı ishala) qarşı belə xəstəlikdən xilas olmaq üçün, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 1-2 çay qaşığı əzvey şirəsi içilmək lazımdır.

Yanığa qarşı əzveyin şirəsini tənzifə hopdurub, onu yanıq olan yerə qoyurlar.

Ekzemaya qarşı 0,5 q naşatır, 0,5 q əzvey, 0,5 q zəfəran və kifayət qədər zambaq suyu götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan xəstənin ağrıyan yerlərinə sürtürlər.

Saçların kəpəklənməsinə qarşı 25 q əzvey, 25 q xına və 50 q sirkə götürüb qarışdırılır və onu saçlara sürtürlər.

Saçların tökülməsinin qarşısını almaq üçün əzveyi isti suda əzib, saçların dibinə sürtməli.

Oaşınmaya qarşı yarım çay qaşığı əzvey tozu və 1 fincan küncüd yağı götürüb, onları 1 stəkan üzüm doşabı ilə içməli.

Sumaq (*Rhus* L.) - Сумах

Sumaq - Sumaqqimilər (*Anacardiaceae*) fəsiləsinə aid bir və ya ikievli bitki cinsidir. Çiçəkləri bir və ya ikicinslidir. Hamaş çiçəkləri süpürgəvari və ya sünbülşəkillidir. Kasa yarpaqlarının və ləçəklərinin sayı 5-dir. Erkəkcikləri əsasən ləçəklərlə birlikdə çiçək diskinə birləşmiş (bitişik) olur. Yumurtalıq bir yuvalıdır. Meyvəsi yumru çəyirdəkdir. Onların üzəri qətranlı (selikli) olur. Yarpaqları tökülən, kol yaxud ağacdır.

Azərbaycanda sumaq cinsinin mədəni halda bir qədər dəyişmiş sumaq növünə (*Rh. coriaria* L.) daha çox rast gəlinir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən dabbaxlı (aş) sumaq *Rh. coriaria* L. növüdür. Onun kökümsov gövdələri 2008-ci ildə Şəki ərazisindən toplanaraq gətirilmişdir.

Aşı sumaq (*Rh. coriaria* L.) Сумах дубильный

Aşı sumaq növü 2-3 m hündürlüyündə kol bitkisidir. Cavan budaqları açıq-qəhvəyi rəngdə olur. Yarpaqları 4-9 sm uzunluğunda iri, zəif tüklü, kənarları küt dişlidir. Bu yarpaqlar uzunsov-yumurtavari və ya uzunsov lansetşəkillidir. Çiçəkləri müxtəlif cinslidir. Onlar balaca, yaşılımtıl, piramida şəkilli hamaş çiçəklidir. Meyvəsi yumru, rəngi qonur-qırmızıdır. Toxumları qonur (boz) rəngdə, üzəri tükcüklərlə örtülü olur.

May-iyul aylarında çiçək açır, sentyabr-oktyabr aylarında isə, onun meyvəsi yetişir.

Azərbaycanda sumaq bitkisinin aşı sumaq (*Rh. coriaria* L.) növü Kür-Araz ovalığından başlamış, orta dağ qurşağına qədər,

bütün ərazilərdə, meşələrdə, kolluq yerlərində və s. ayrıca dəstə halında bitir.



Aşı sumaq
(*Rhus coriaria* L.)

Respublikada sumaq bitkisinin çoxlu dəyişmiş formaları var. Onlar aşı maddələri ilə çox zəngindir. Sumaq bitkisinin tərkibində 11,5-21% tannin maddəsi var ki, onunla müxtəlif heyvanların (qoyun, keçi, buzov, dana) dərisini rəngləyirlər. Eyni zamanda sumaq bitkisinin kökündən və gövdəsindən həm sarı, həm də qara rəng, meyvələrindən isə qırmızı rəng alırlar. Bu meyvələrin tərkibində çaxır turşusu olur. Ona görə müxtəlif xörəklərdə, xüsusilə də kababda daha çox işlənir. Sumaq bitkisinin yarpaqlarının tərkibində 112 mq/% C vitamini olur. Onun təzə yarpaqlarından hazırlanmış şirəsi (cövhəri) bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də revmatizm, podagra, paralic, orqanizmin zəifləməsinə (arıqlamasına) qarşı istifadə edilir.

Azərbaycanda sumaq həm hərarəti götürən dərman kimi, həm də, bəzək bitkisi kimi daha çox istifadə edilir. Onun yarpaqları al-

qırmızı rəngdə olanda (xüsusilə də payızaylarında) onu toplayırlar.

B e c ər i l m ə s i : Aşı sumaq (*Rh. coriaria* L.) növü istisevən bitki olsa da, soyuğa da davamlıdır. O, yumşaq çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Suya çox tələbkər bitkidir. Onun kökümsov gövdələri institutun təcrübə sahəsində torpağın 60 sm dərinliyinə basdırılmışdır. Onların cərgəarası 50-60 sm, bitkiarası 40-50 sm götürülmüşdür. Onlar əkiləndən sonra sahə suvarılmışdır.

İ s t i f a d ə s i : Yuxarıda qeyd edildiyi kimi, sumaq bir çox xəstəliklərin müalicəsində, xüsusilə də, revmatizmə, podaqra, paralic xəstəliklərinə qarşı istifadə edilir.

Məsələn, ishala qarşı əgər xörəklə, hər dəfə 1 qaşığı sumaq yeyilərsə, ishal dayanır.

Və ya 50 q keşniş, 50 q razıyana, 50 q sandal, 15 q cirə, 15 q sumaq, 15 q zirə, 15 q nanə və nəhayət, 95 q innab götürüb, onları kifayət qədər suda qaynadırlar. Alınmış maye ya üzüm şirəsi ilə, ya da mərsin yarpağının suyu ilə qəbul edilir.

Qızdırma - yüksək hərarətə qarşı 150 q sumaq və 150 q zoğal götürüb, onları kifayət qədər suda qaynadıb, hər 2 saatdan bir 50-60 ml içilərsə, qızdırma düşür.

Ağız yaralarına qarşı sumaq, gül (ləçəkləri), mərsin yarpağı və nar qabığı: - bunların hər birindən 1 ovuc götürüb, onları istənilən qədər suda qaynadıb, alınmış maye ilə, ağız boşluğunu qarqara edirlər.

Ağız-boğaz iltihabına qarşı sumaq, böyürtkənin göy budaqları, bağayarpağı və nar qabığı götürüb, onları kifayət qədər suda qaynadıb, suyu ilə bir müddət qarqara edirlər.

Gülxətmi (*Aleae L.*) - Исток-роза

Gülxətmi - Əməköməcilər (*Malvaceae*) fəsiləsindən olan bir və ya çoxillik bitki cinsidir.

Aralıq dənizi sahillərində onun 60 növü var.

Azərbaycanda gülxətmi cinsinin 8 növü yayılıb. Onlardan yalnız 1 növü (*A.rosea L.*) mədəni halda becərilir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən gülxətmi bitkisinin toxumları 2008-ci ildən başlayaraq, Abşeronun müxtəlif yerlərindən, xüsusilə də bağlardan toplanmışdır.



Çəhrayı Gülxətmi
(*Alcea rosea L.*)

Çəhrayı gülxətmi (*Alcea rosea L.*) növünün hündürlüyü əksər hallarda 100-150 sm, tək-tək hallarda 180-220 sm olur. Yarpaqları uzun saplaqlı, dəyirmi və ya yumurtavaridir. Bitkilərin aşağıda yerləşən yarpaqlarından fərqli olaraq, yuxarıda yerləşən yarpaqları üçdilimli, kənarları isə dişlidir. Çiçəkləri əksər hallarda çoxçiçəkli, tək-tək hallarda isə, onlar 2-3 yarpağın qoltuğunda yerləşən, qısa saplaqlı, təqribən sünbülvari hamaş çiçəkdir. Çiçək kasasını əhatə edən yarpaqların sayı 6-7-dir. Onlar 2 dəfə çiçək

kasasından kiçik, ucları iti, üçbucaq formasında olur. Ləçəkləri qara-qırmızı, çəhrayı, bənövşəyi və ya ağ rəngində olur. Meyvəsi iri, üstü tüklü, 20-40 toxumludur.

Çəhrayı gülxətmi iyun-iyul aylarından başlayaraq çiçək açır, oktyabr-noyabr aylarında isə meyvə verir.

Gülxətmi mədəni halda, necə bir bəzək bitkisi kimi respublikanın bağlarında və parklarında becərilir. Gülxətmi həm bəzək, həm dərman, həm rəngləyici (boyayıcı), həm də yağlı bitkidir. Ədəbiyyat məlumatlarına əsasən, çəhrayı gülxətmi bitkisinin toxumunda 21% yağ, yarpaqlarının tərkibində isə 0,15% C vitamini var.

B e c ə r i l m ə s i : Gülxətmi bitkisi qumsal, gillicə, qara və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Uzun gün bitkisidir. O, istiyə davamlı, peyinə isə çox tələbkar bitkidir. Toxumları 8-10 C °-də cücərir. Suya çox tələbkar bitkidir. Onun toxumları aprel ayının 5-10-na qədər səpilir.

Gülxətmi bitkisinin toxumları cərgə üsulu ilə səpilir. Cərgəarası 40-50 sm, bitkiarası 30 sm-dir.

İ s t i f a d ə s i : Çəhrayı gülxətmi bitkisi həm yeyinti sənayesində, həm də xalq təbabətində dərman bitkisi kimi istifadə olunur. Onun ləçəklərindən yeyinti məhsulları və eyni zamanda çaxır və bir çox başqa içkilərin hazırlanması üçün, qara-qırmızı rəng alırlar. Bu alınan rənglə dəri, ipək, yun və yun parçaların rənglənməsində istifadə edilir. Bundan başqa onun çiçəklərinin tərkibində selikli maddənin olduğu müəyyən edilmişdir ki, ondan da xalq təbabətinin bir çox sahələrində, xüsusilə də sidik kisəsi iltihabına, ağciyər iltihabına və müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı istifadə olunur. Onun qurudulmuş çiçəklərinin dəmləməsi həm sinəyə yumşaldıcı təsir göstərir, həm də, həmin dəmləmədən sidik yollarının iltihabına qarşı istifadə edirlər.

Məsələn, gülxətmi bitkisinin kökünü suda qaynadıb onun suyunu stəkanla içirlər. Bu resept yoğun bağırsağın iltihabına qarşı istifadə olunur.

Əl və ayaqların titrəməsinə qarşı gülxətmi kökünü suda qaynadıb, onu balla qarışdırıb, gündə 3-4 dəfə qəbul edirlər. Belə xəstələr daha çox dəniz hamamından istifadə etməlidir.

Daha bir resept: - Gülxətmi bitkisinin çiçəklərindən hazırlanmış sıyıq ağrıyan yerlərə sürülür. Ağrıları tez bir zamanda sakitləşdirir.

Əzələ titrəməsinə qarşı daha bir resept, gülxətmi bitkisinin çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyunu bal şərbəti ilə içirlər.

Böyrək-sidik kisəsi iltihabına qarşı, gülxətmi bitkisinin çiçəyini və toxumunu balla qarışdırıb məcun hazırlayırlar. Sonra onu gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul edirlər.

Ağciyərin iltihabı - sətəlcəmə, plevritə qarşı gülxətmi bitkisinin toxumu, gülbəsar (xiyar), qarpız və qabaq toxumları, əməkəməci və kətan (zəyərek) toxumlarından bərabər miqdarda götürülüb, əvvəl onlar əzilir, sonra qarışdırılaraq, ora kifayət qədər bal əlavə edib, məcun hazırlayırlar. Onu əncir kompotu ilə, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.

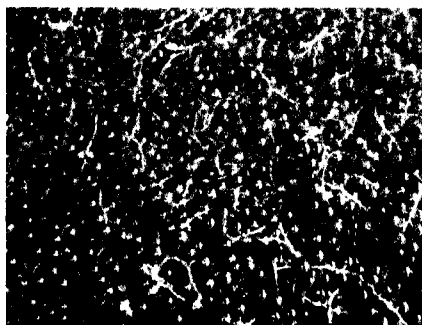
Mədə-bağırsaqların müxtəlif xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 15 q murdaça qabığı, 15 q şirin biyan kökü, 25 q gülxətmi kökü, 15 q razıyana toxumu və 30 q zəyərek toxumu götürüb, onları əzib qarışdırırlar, sonra qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda çay kimi dəmləyirlər və qəbizliyə qarşı, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə, yeməkdən sonra yarım stəkan içirlər.

Gülxətmi bitkisinin çiçəklərilə zeytun yağından məlhəm hazırlayıb, onu yanıq yerlərinə sürürlər və yaralar tez bir zamanda sağalır.

Qarağat (*Ribes* L.) - Смородина

Qarağat - Daşdələnələr (*Saxifragaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik kol bitkisi.

Yerin Şimal yarımkürəsinin mülayim qurşağında, Şimali və Cənubi Amerikada, eləcə də Afrikada *Ribes* L. cinsinin 133 növü yayılmışdır. Bəzi ədəbiyyatlarda isə *Ribes* cinsinin 150-dən çox növü olduğu göstərilir.



Adi Qarağat
(*Ribes vulgare* Lam.)

Azərbaycanda qarağat (*Ribes*) cinsinin 3 növü var.

1. Şərq qarağatı (*R. orientale* Desf.).
2. Adi qarağat (*R. vulgare* Lam.).
3. Biberşteyn qarağatı (*R. biebersteinii* Berl.).

Azərbaycanda bu növlərdən yalnız adi qarağat (*R. vulgare* Lam.) növü mədəni halda becərilir. O, 1,5 m hündürlüyündə kol bitkisi. Gövdə üzərində çoxlu sayda açıq-boz rəngdə cavan budaqlar olur. Yarpaqları qısa saplaqlı, uzunsov-yumurta şəkillidir. Onlar 3-5 dilimli, çılpaq, aşağı hissəsi zəif (qismən) tüklü olur. Ləçəkləri kasa yarpaqlarından qısa, yaşılmtıl rəngdədir. Çiçək qrupu süpürgəvari, yaxud qalxanvari çoxçiçəklidir. Bu çiçəklər qısa saplaqlı və çılpaq olur. Çiçək

altlığı yumurtavari, yaşıl, meyvələri isə qırmızı rəngdədir. Meyvəsinin salxımı 8 sm uzunluğunda giləmeyvədir.

Adi qarağat növü aprel-may aylarında çiçək açır, iyun-iyul aylarında isə meyvə verir.

Azərbaycanda adi qarağat növü mədəni halda əksər rayonlarda becərilir. Lakin adi qarağat növündən fərqli olaraq, respublikanın ayrı-ayrı bölgələrində yabani halda bitən Biberşteyn qarağatı (*R.biberšteini*) və Şərq qarağatı (*R.orientale*) həm müalicəvi xüsusiyyətlərinə görə, həm də giləmeyvələrindən gözəl mürəbbə və sərinləşdirici içkilər hazırlandığına görə, daha çox istifadə edilir. Ancaq qarağatın bu növlərinin də, kimyəvi tərkibi qədərincə öyrənilmişdir. Qismən kimyəvi tərkibi yaxşı öyrənilən qara qarağat, qırmızı və qızılı qarağat növləridir.

Qara qarağat (*R.nigrum*) növünün giləmeyvələrinin tərkibində 5-12% şəkər (qlükoza, fruktoza, saxaroza), 2-4% limon və alma turşusu, 80-100 mq/%-dək C vitamini, 0,7 mq/% karotin (A nrovitamini), 0,6 mq/% B₁ vitamini, həmçinin pektin, aşı maddələri və mineral duzlar (kalsium, dəmir və fosfor) olduğu müəyyən edilmişdir.

Qırmızı qarağatın (*R.rubrum*) giləmeyvələrinin tərkibində 4-10% şəkər, 2-4% turşu, C və P vitaminləri olur.

Qızılı qarağatın (*R.aureum*) giləmeyvələrinin tərkibində isə 8% şəkər, 0,9-1% turşu, C vitamini, karotin, pektin, aşı və boya maddələrinin olduğu müəyyən edilmişdir.

Bu qarağat növlərinin giləmeyvələri təzə halda çox həvəslə yeyilir. Onların giləmeyvələri turşməzə (turşaşirin) olur. Qarağatın giləmeyvələrindən gözəl mürəbbə bişirirlər və eyni zamanda onlardan şirə, şərab və s. hazırlayırlar. Onun giləmeyvələrini konservləşdirərək, gözəl sərinləşdirici içkilər də hazırlayırlar.

İ s t i f a d ə s i : Qarağatın meyvələri çox qiymətlidir. Təbabətdə onun meyvələrindən ən çox hipertoniya, qastrit və revmatizm xəstəliklərinə qarşı istifadə edirlər. Bundan başqa, qarağatın meyvələrindən iştahsızlığı aradan qaldıran vasitə kimi istifadə edirlər.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
55	Dağ qırışbuğumu <i>Polygonum alpestre</i> C.A.Mey.	16. III köklü	-	40x30	25. V	14. VI	29. VI-105	-	-	-
56	Dərman xəşəmbül <i>Melilotus officinalis</i> L.	-	-	-	27. V	16. VII	11. IX-106	-	-	4,3
57	Dərman bulaqotu <i>Veronica officinalis</i> L.	22. IV köklü	-	30x40	20. VI	13. VII	14. VIII-124	-	-	-
58	Dərman sabunotu <i>Saponaria officinalis</i> L.	21. IV	-	30x40	16. VI	22. VII	17. VIII-118	-	-	-
59	Ağacşəkili əzvay <i>Aloe arborescens</i> Mill.	-	-	-	-	-	-	-	-	2- 2,5
60	Aşı sumaq <i>Rhus coriaria</i> L.	18. IV köklü	-	50x60	13. V	13. VII	29. VIII-133	-	-	-
61	Çəhrayı gülxətni <i>Alcea rosea</i> L.	18. V	18. IV V	30x40	19. VI	19. IX	12. XI-225	-	-	21
62	Adi qarağat <i>Ribes vulgare</i> Lam.	-	-	-	26. IV	21. VI	19. VII-84	-	-	-

Məsələn, qarağat və həmərsin bitkilərinin meyvələrindən bərabər miqdarda götürüb, qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qabaqcadan qaynadılmış suya töküüb, 8 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan içirlər. Bunu bir qədər şirinləşdirmək də olar. Bu reseptlə qısa bir zamanda iştahsızlıq aradan qalxmış olur.

Mədənin selikli qişasının iltihabına qarşı qarağatın təzə meyvələrindən çəkilmiş şirəni gündə 3 dəfə, hər dəfə, yarım stəkan (100-150 ml) içilir.

Hipertoniya xəstəliyinə qarşı qarağatın meyvələrindən hazırlanmış mürəbbədən, hər 2-3 saatdan bir, 1 xörək qaşığı qəbul edilərsə, yüksək qan təzyiqinin azalmasına kömək edir.

Daha bir resept: 100 q qarağatın meyvələrindən götürüb, onu 0,5 litr qabaqcadan qaynadılmış suya töküüb, 20-25 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, hipertoniyalı xəstələr, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içməlidir.

Revmatizmə qarşı 1 xörək qaşığı qarağat bitkisinin doğranmış yarpaqlarından götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda 6 saat dəmlədikdən sonra süzüb, revmatizmə, podaqra, sidik yolları daşına və dəri xəstəliklərinə qarşı, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Dəfnə, Lavr (*Laurus L.*) - Лавр

Dəfnə - Dəfnəkimilər (*Lauraceae*) fəsiləsinə həmişəyaşıl ağac və ya kol bitkisidir.

Dünyada dəfnəkimilərin 40-50 cinsi, 2000-dən çox növü məlumdur. Bu növlərin əksəriyyəti tropik və subtropik ölkələrdə, bəzi növləri isə mülayim qurşaqlarda bitir.

Dəfnə cinsinə 2 növ: - nəcib dəfnə (*L. nobilis*) və Azor və ya Kanar (*L. azorica*) daxildir.

Nəcib dəfnə (*L. nobilis*) növü əsasən Aralıq dənizi ölkələrində, Zaqafqaziyanın qərb hissəsində, xüsusilə də Gürcüstanda və Azərbaycanda bitir.



Nəcib dəfnə, Lavr
(*Laurus nobilis* L.)

Azor və ya Kanar (*L. azorica*) növü isə, əsasən Kanar və Azor adalarında, eləcə də Madeyra adalarında yabanı halda bitir.

Bəzi mənbələrdə dəfnənin Azərbaycanda 2 cinsi və 3 növü olduğu göstərilir (A. Askerov).

Nəcib dəfnə (*L. nobilis* L.)

Dəfnənin bu növü 2,5, 7 (10) m hündürlüyündə ağac və ya kol bitkisidir. Onun gövdəsi dikduran və çox budaqlanandır. Yarpaqları qısa saplaqlı, uzunsov – lansetşəkillidir. Onlar tam kənarlı, növbə ilə düzümlüdür. Çiçəkləri kiçik olur. Onlar ağ rəngdədir. Meyvəsi göy-qara rəngdə çəyirdəkdir.

Aprel-may aylarında çiçək açır, sentyabr-oktyabr aylarında isə meyvə verir. Dəfnə efir yağlı bitkidir. Onun yarpaqlarından yeyinti sənayesində (ət, balıq və konserv sənayesində) ədviyyat kimi, istifadə edilir. Bundan başqa, dəfnə bitkisindən tibbdə işlənən efir yağı alırlar.

İstifadəsi: - Tibbdə və xalq təbabətində dəfnə bitkisi bir çox xəstəliklərin müalicəsində istifadə olunan dərman bitkilərindəndir. Əgər onun toxumlarından 10 q götürüb, onu balla qarışdırıb məcun kimi, desert qaşığı ilə qəbul edilərsə, baş ağrıların, tənqənəfəsliyin, xroniki öskürəyin, qarın ağrıların, revmatizmin, kolitin və s. keçib getməsinə kömək edir. Məsələn, dəfnənin yarpaqlarını suda qaynadıb, onun üstündə oturduqda, onun sidik kisəsi və düzbağırsaq xəstəliklərinə qarşı təsiri artmış olur.

Böyrək daşı xəstəliklərinə qarşı dəfnənin kökünün qabığı suda qaynadıb, onun suyunu içmək məsləhətdir.

Sidik kisəsindəki qumlara qarşı əgər 8,5 q dəfnə toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, qəbul edilərsə, o sidik kisəsindəki qumun tökülməsinə kömək edir. Yaxud, böyrək - sidik kisəsindəki quma qarşı dəfnə ağacının kökünü suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içməklə, o sidik kisəsindəki qumun tökülməsinə kömək edir.

Böyrək və sidik kisəsi qumunu təmizləmək xüsusiyyətinə malik olan bu bitkilər (böyürtkən kökü, qara noxudun suyu, gülxətmə, alça saqqızı, çöl kərəvizi, yarpız, nanə, yovşan, göy noxud, ənginar suyu, turp, baldırğan və dəfnə kökü) Elmi təbabətdə öz təsdiqini tapmışdır. Belə ki, adları çəkilən bu bitkilərin hər biri, ayrı-ayrılıqda böyrəkləri qumdan təmizləmə xüsusiyyətinə malikdir.

Qastritə qarşı 2 q zirə toxumu, 2 q dəfnə toxumu və 2 q çobanyastığı çiçəyi götürüb, əvvəl onlar döyülüb toz halına salınır, sonra qarışdırılır. Bu qarışıqdan gündə 2 dəfə, hər dəfə, 1 çay qaşığı qəbul edilir.

Sidiyin damcılarla gəlməsinə qarşı 10 q dəfnə toxumu, 10 q palıd qozası, 10 q səndəl və 10 q zirə toxumu götürüb, onları əvvəl həvəngdə əzilib toz halına salırlar. Sonra onu şüşə qaba yığıb, gündə 10 q qəbul edirlər. Bu tədricən sidiyin normallaşmasına kömək edir.

Başağrılarına qarşı əgər 9,5 q dəfnə toxumu götürüb, onu 10 q balla qarışdırıb, hər 2-3 saatdan bir, 1 desert qaşığı qəbul edilərsə, o, baş, döş və qarın ağrılarını sakitləşdirir.

Yaxud: - 5 q dəfnə toxumunu əzib, onun balla qarışdırıb, hər 2-3 saatdan bir, desert qaşığı ilə qəbul etməli.

Qaraciyər serrozuna qarşı əgər 10 q əzilmiş (döyülmüş) dəfnə toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, 5 q qəbul edilərsə, qaraciyər fəaliyyətinin zəifliyi aradan qalxmış olur.

Ekzemaya (söbdəyə) qarşı dəfnənin yarpağını, toxumunu və nazik budaqlarını götürüb, onları suda qaynadırlar və suyu ilə əlləri və ayaqları vanna edirlər.

Əzələ revmatizminə qarşı 10 q dəfnə toxumunu döyüb, ora 2 qaşığıq bal əlavə edib qarışdırırlar və gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edirlər. Yaxud, dəfnənin yarpaqlarından götürüb, onu 20-30 dəqiqə suda qaynadıb, alınan maye ilə xəstənin əllərini və ayaqlarını masaj edirlər.

Psorioza (dəmrova) qarşı dəfnənin toxumlarını əzib, onu sirkə ilə 1:1 nisbətində qarışdırıb, alınan sıyığı yaraların üstünə yaxırlar.

Bağırsaq qurdlarını tökmək üçün dəfnə və palıd ağaclarının hər birindən bir dəstə yarpaq götürüb, onları suda qaynadıb, gündə 2 dəfə, hər dəfə 100 ml içilməlidir.

Əgər dəfnə toxumunu əzib onu balla qarışdırıb, məcun kimi, gündə 3 dəfə, hər dəfə, 1 desert qaşığı qəbul edilərsə, o sidik kisəsindəki qumun tökülməsini sürətləndirir.

Dəfnənin budaqlarından, yarpaqlarından və meyvələrindən istənilən qədər götürüb qaynadırlar. Sonra onun suyu ilə qaşınan yerləri yuyurlar və ya dəfnənin yarpaqlarını bir qazana yığıb, onu kifayət qədər suda qaynatdıqdan sonra, alınmış maye ilə xəstənin əzələlərini masaj edirlər.

Əgər 10 q dəfnə toxumunu əzib onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 2 qaşığıq balla qəbul edilərsə, o, xəstənin əzələ revmatizmindən xilas olmasına kömək edir.

İşi aris (işalgiyaya) qarşı dəfnə toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 5 q qəbul edilir.

Daha bir resept: 10 q dəfnə toxumunu əzib, bal ilə məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul edilir.

Sinir ağrılarına qarşı 10 q dəfnə toxumunu əzib, bal ilə məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etmək lazımdır.

Sidiyin damcılarla gəlməsinə qarşı 10 q dəfnə toxumu, 10 q palıd qozası, 10 q səndəl və 10 q zirə toxumu götürüb, onları əvvəl həvəngdə əzib toz halına salırlar. Sonra onu ağzı bağlı şüşə qaba yığıb, gündə 1 dəfə, 10 q qəbul edilir.

Xanımotu (*Atropa Kreyer*) - Кривавка

Xanımotu - Quşüzümü (*Solanaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Avropada, Orta Asiyada və Himalayda onun 4 növü yayılmışdır.

Azərbaycanda xanımotunun yabani halda 1 növü - Qafqaz xanımotu (*A.caucasica Kreyer*) bitir.

Onun kökümsov gövdələri 2010-cu ildə Şəki ərazisindən toplanaraq, Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun təcrübə sahəsində becərilməsi üçün gətirilmişdir.

O, çox yoğun və çoxşaxələnən kök sisteminə malik bitkidir. Gövdəsi çılpaq, düz qalxan, çox budaqlanandır. Onların səthi şirəli, rəngi isə qırmızı olur. Yarpaqları iri, yumurtaşəkilli və ya uzunsov-ellipsşəkillidir. Onlar gövdə üzərində növbə ilə düzümlüdür. Çiçəkləri iri, əksər hallarda tək-tək, bəzən isə onların cüt-cüt yerləşdiyi də müşahidə olunur. Meyvələri şarşəkilli, rəngi qara, səthləri isə parlaq olur. Bu növə daxil olan bitkilər çox toxumlu olur.

Qafqaz xanımotu iyun-avqust aylarında çiçək açır, avqust-sentyabr aylarında isə meyvə verir.

Qafqaz xanımotuna Böyük və Kiçik Qafqaz dağlarının ətəklərində, meşələrdə və meşə kənarlarında, xüsusilə də Quba-Qusar, Şəki-Zaqatala ərazilərində, bağlarda, yol kənarlarında daha çox rast gəlinir.



Qafqaz xanımotu
(*Atropa caucasica* Kreyer.)

Qafqaz xanımotu Farmakopeyaya dərman bitkisi kimi daxil edilmişdir. Dərman bitkisi kimi, onun əsasən kökündən, gövdəsindən və yarpaqlarından istifadə edirlər. Onun yarpaqlarının toplanması, bitkilərin çiçək açma dövrünə, köklərinin toplanması isə toxumların yetişmə dövrünə təsadüf edilir.

Qafqaz xanımotu bitkisinin bütün hissələrində alkaloidlərin olduğu müəyyən edilmişdir. Onun yarpaqlarının tərkibində 0,09-1,32% I - hiosiamin, atropin, az miqdarda apoatropin, belladonin, skopolamin müəyyən edilmişdir. Köklərinin tərkibində isə 0,45-1,20% I - hiosiamin (atropin), karotin, A provitamin və 20,5%-ə qədər C vitamini müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən Qafqaz xanımotu bitkisinin kökümsovları Şəki ərazisindən toplanmışdır. O, soyuğa davamlı, rütubətə isə çox tələbkar

bitkidir. Onun kökümsov gövdələri 6-8 C°-də cücərir. Qafqaz xanımotu bitkisi cərgə üsulu ilə səpilir. Onun cərgəarası 60 sm, bitkiarası məsafə isə 30 sm-dir.

İ s t i f a d ə s i : Qafqaz xanımotu bir çox xəstəliklərin müalicəsində çox mühüm rol oynayır. Məsələn, o, kiçik dozalarda parasimpatik sinirlərin uclarına tormozlayıcı təsir göstərir. Selikli qişanın, mədənin və tər vəzilərinin sekresiyasını azaldır, bağırsaqların peristaltikasını sakitləşdirir, ürəyin fəaliyyətini isə artırır, göz bəbəyini genişləndirir.

Bundan başqa bu bitki mədə və onikibarmaq bağırsaq yaralarının müalicəsində, bağırsaq spazmasında, öd daşı xəstəliklərində və s. necə bir spazmatik və ağrıkəsici vasitə kimi işlədilir. O, eyni zamanda bronxial astmada, öskürəkdə və vərəm xəstəliklərində sakitləşdirici dərman kimi istifadə olunur. Məsələn, bronxit xəstəliklərinə qarşı novruzgülünün kökündən və xanımotu bitkisinin çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Sonra onun spirtdə cövhərini alırlar və gündə 2-4 dəfə, hər dəfə bir çay qaşığı qəbul edirlər.

Mədə-bağırsaq iltihabı xəstəliklərinə və pozulmalarına qarşı xanımotu bitkisinin kökündən, acı yovşanın yerüstü hissəsindən və acı çiçəyi bitkisinin kökündən bərabər miqdarda götürüb, onların spirtdə cövhərini hazırlayırlar. Sonra cövhərdən 30 damcı götürüb, onu az miqdarda su ilə qarışdırıb, gündə 2-3 dəfə qəbul edirlər.

Öd yolları xəstəliklərinə qarşı ödqovucu dərman kimi, Qafqaz xanımotunun çiçəklərindən, nanənin yarpaqlarından, dəmrovotunun yerüstü hissələrindən və şeytanqanqalının çiçəklərindən bərabər miqdarda götürüb, qarışdırırlar. Əvvəl bu qarışığın spirtdə cövhəri alınır, sonra cövhərdən 40 damcı götürüb, onu az miqdarda su ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə içirlər.

Qatırquyruğu (*Eguisetum* L.) - Хвощ полевой

Qatırquyruğu - Qatırquyruğukimilər (*Eguisetaceae*) fəsiləsindən çoxillik ot bitkisidir. Möhtədil əraziləridə onun 26 növü var.



Çöl Qatırquyruğu
(*Eguisetum arvense* L.)

Azərbaycanda qatırquyruğunun 5-6 növü məlumdur. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən qatırquyruğu cinsinin çöl qatırquyruğu (*E. arvense* L.) növüdür. Onun kökümsov gövdələri 2009-2010-cu illərdə Şəki ərazisindən toplanmışdır. Qatırquyruğu Abşeron şəraitində becərməsi üçün gətirilsə də, o vaxtından qabaq (vegetasiya müddəti başa çatmamış) qurumuşdur.

Çöl qatırquyruğu qəhvəyi rəngli kökümsov gövdələrə malik bitkidir. Bitkilərin gövdəsi yaşıl rəngdə, boyu isə 50-60 sm hündürlükdə olur. Onun sporlu budaqları üzərində nazik, 3,5 sm uzunluğunda sünbülə oxşar strobillər yerləşir. Adətən yarpaqları üçbucaq lansetvari, tək-tək hallarda isə onlar bitişik, kənarları tünd-qəhvəyi rəngdə olur. Çöl qatırquyruğu həm vegetativ, həm də nəsil növbələşməsi yolu ilə çoxalan bitkidir.

Azərbaycanda əsasən dağ ətəklərində, rütubətli yerlərdə, çəmənliklərdə və s. yayılmışdır.

Xalq təbabətində çöl qatırquyruğu bitkisinin yaşıl kütləsindən istifadə edirlər. Onun yaşıl kütləsini adətən yazda toplayaraq, sərin və kölgə yerdə sərib qurudurlar.

Təbabətdə qatırquyruğu bitkisinin yaşıl kütləsi (boz rəngli yaz budaqları) əsas xammal hesab olunur. Onun tərkibində 10%-ə qədər sliкатlar, aşı maddələri, palüstrin alkaloidi, ekvizetrin flavonları, qətranlar, akonit turşusu və s. müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən çöl qatırquyruğunun kökümsovları Abşeron şəraitində becərilməsi mümkün olmamış və vegetasiya dövrünün sonuna qədər qurumuşdur. Onun biomorfoloji xüsusiyyətləri təcrübə sahəsində becərilən müddətdə öyrənilmişdir.

İ s t i f a d ə s i : Çöl qatırquyruğu bitkisi bir çox xəstəliklərin, xüsusilə də mədə və müxtəlif böyrək xəstəliklərinin müalicəsində əvəz olunmaz bitkidir.

Çöl qatırquyruğu bitkisi iltihabın götürücüsü, qankəsici və sidik qovucu dərman kimi işlənir. Çöl qatırquyruğu daha çox mədənin selikli qişasının iltihabında və ifrazat orqanlarının müxtəlif xəstəliklərində istifadə edilir. Məsələn, sidik kanalı xəstəliklərinə qarşı 4 çay qaşığı doğranmış qatırquyruğunu, 2 stəkan suda dəmləyib, gün ərzində onu qurtum-qurtum içirlər. Lakin, kəskin nefritdə onu istifadə etmək olmaz.

Ağız boşluğunu və bəzi boğaz xəstəliklərini qarqara etmək üçün bir stəkan qurudulmuş qatırquyruğu bitkisini, 1 litr suda, 30 dəqiqə qaynatdıqdan sonra, onunla ağız boşluğunu və boğazı qarqara edirlər.

Öd yollarının xəstəliklərinə qarşı qurudulmuş qatırquyruğunun yaşıl kütləsindən, 1 xörək qaşığı qədər götürüb, 1 stəkan ilıq suda qaynatdıqdan sonra, onu 30 dəqiqə qaynar su hamamında saxlayırlar. 15 dəqiqədən sonra onu süzüb, öd

kisəsinin iltihabına və mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml qəbul edirlər.

Qatırquyruğu bitkisi həm də ayrı-ayrı bitkilərlə birlikdə qarışıq halında işlənir. Məsələn, 50 q tozağacı yarpağını, 50 q qatırquyruğu ilə qarışdırılır və bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Alınan dəmləməni necə bir sidikqovucu dərman kimi, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Başqa bir tərkibdə, sidikqovucu dərman kimi 40 q ardıc bitkisinin meyvəsi, 40 q qatırquyruğu və 20 q tozağacı yarpağı götürüb qarışdırılır və bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyib, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 2-3 xörək qaşığı içirlər.

Daha bir resept: Qatırquyruğu sidikqovucu və iltihabgötürücü dərman kimi, 10 q qatırquyruğunun yerüstü hissəsi, 20 q gülünbahar çiçəyi, 10 q gicikən yarpağı, 15 q paxlakolu otunun kökü, 20 q boymadərinin yerüstü hissəsi, 10 q razıyana toxumu və 15 q tozağacı yarpağı götürüb, onları bir-birilə qarışdırırlar. Qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 50-70 ml içirlər.

Ürək xəstəliklərində necə bir sakitləşdirici dərman kimi 20 q qatırquyruğunun yerüstü hissəsi, 30 q qırxbuğumun yaşıl kütləsi və 50 q yemişan çiçəyi doğranıb sonra qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Ürək döyüntüsü, əsəbilik və yuxusuzluğa qarşı gündə 2 dəfə, hər dəfə yarım stəkan içirlər.

Revmatizmə qarşı 2 hissə gicikən yarpağı, 4 hissə söyüd qabığı, 4 hissə qatırquyruğunun yaşıl kütləsi, 4 hissə ağcaqayın yarpağı, 1 hissə qarğıdalı saçağı və 1 hissə ardıc meyvəsi götürüb əvvəldən doğranılır, sonra qarışdırılır. Bu qarışıqdan 3 xörək qaşığını qədər 0,5 litr qaynar suya töküb, zəif od üzərində qaynadılır. Soyuduqdan sonra onu süzüb, revmatik artritlərinə qarşı, hər 2 saatdan bir, 1 stəkan isti-isti içirlər.

Sidik kisəsinin və sidik yollarının xəstəliklərinə qarşı 1 hissə qırxbuğumun yaşıl kütləsi, 1 hissə ardıc meyvəsi, 1 hissə mərcin yarpağı və 2 hissə qatırquyruğu doğranıb qarışdırılır. Qarışıqdan

2 xörək qaşığı qədər götürüb, onu 2 stəkan qaynar suya töküüb, 1 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, səhər və axşam, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl 1 stəkan içirlər.

Müxtəlif ürək xəstəliklərinə qarşı 20 q qatırquyruğu bitkisinin yerüstü hissəsi, 30 q qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsi və 50 q yemişan çiçəyi götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2 dəfə, hər dəfə, yarım stəkan içirlər. Bu ürək döyüntüsü, əsəbilik və yuxusuzluğa qarşı, işlədilən ən yaxşı vasitələrdən biridir.

Ürək xəstəliklərinə qarşı 5 hissə yemişan çiçəkləri, 3 hissə qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsi və 2 hissə qatırquyruğunun yerüstü hissəsi qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda dəmləyib, 2 saatdan sonra, onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər. Bu resept ürək zəifliyini aradan qaldırır.

Hipertoniya xəstəliyinə qarşı 10 q yerkökü, 10 q razyana toxumu, 15 q pişikotu, 10 q qatırquyruğu və 15 q gülavar çiçəkləri doğranıb qarışdırılır. Qarışıqdan 3 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, 1-2 dərəcəli hipertoniya xəstəliyinə qarşı içirlər.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı 3 hissə əzilmiş həmərsin, 3 hissə zəncirotunun kökü, 3 hissə qatırquyruğu, 2 hissə solmazçiçək, 2 hissə meşə çiyələyi, 2 hissə çobanyastığı çiçəyi, 1 hissə ardıc meyvəsi və 1 hissə şüyüd toxumu doğranılıb sonra qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı qədər, 0,5 litr qaynar suda, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yeməkdən 10-20 dəqiqə əvvəl, 100-150 ml içirlər. Bu resept qaraciyər və öd kisəsi xəstəlikləri üçün ən yaxşı vasitədir.

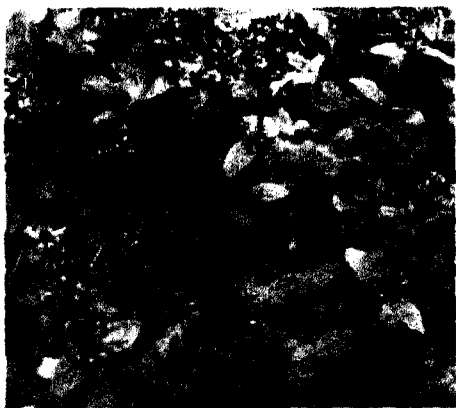
Sidik yollarının iltihabı xəstəliyinə qarşı 30 q qatırquyruğu, 30 q qaytarma kökümsovu və 40 q bağayarpağını qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 10 q götürüb, onu 200 ml suda dəmləyirlər. Sonra

alınan ekstraktdan hər axşam, isti halda, 100-150 ml qəbul edirlər.

Qadın xəstəliklərinə qarşı 1 hissə qırxbuğumun yaşıl kütləsi, 1 hissə qatırquyruğu, 3 hissə peyğəmbər çiçəyi və 5 hissə qazayağı bitkisinin qarışığından, 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 1 saat saxladıqdan sonra süzüb, ağrılı aybaşılara qarşı, bütün günü qurtum-qurtum içirlər.

Dirçək, sığırdili (*Ajuga* L.) - Живучка

Dirçək, sığırdili - Dalmaz (*Lamiaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Yer kürəsinin mülayim qurşağında dirçək cinsinin 50-yə qədər növü yayılmışdır. Onlardan 6 növü Azərbaycanda bitir.



Sürünən sığırdili
(*Ajuga reptans* L.)

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən *Ajuga* cinsinin sürünən sığırdili (*Ajuga reptans* L.) növüdür. Onun kökümsov gövdələri

2010-cu ildə, respublikanın şimali-qərb bölgəsindən (Şəki ərazisindən) toplanmışdır.

Sürünən sığırdili (*Ajuga reptans* L.) növü çoxillik ot bitkisidir. Onun hündürlüyü 15-20 (30) sm-dir. Çox güclü kök sisteminə malik bitkidir.

Kök ətrafı yarpaqlar uzunsov-tərsyumurtaşəkilli, iri, uzun saplaqlı olur. Gövdə üzərində yarpaqlar, qarşı-qarşıya düzümlü, xırda, təqribən oturaq, tərsyumurtaşəkillidir. Çiçək köbəsi 6-8 çiçəkdən təşkil olub. Çiçəkləri mavi (göy), nadir hallarda ağ rəngdə görünür. Erkəkcikləri uzun saplaqlıdır. Onların sayı 4-dür. Meyvəsi uzunsov fındıqcadır.

Bu bitki may-iyul aylarında çiçək açır, iyun-iyul aylarında da meyvə verir.

Sürünən sığırdili bitkisi demək olar ki, Böyük və Kiçik Qafqazın orta dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə, xüsusilə də, Şəkinin Şimalında (soyuq bulaq adlanan ərazidə) geniş yayılmışdır.

Xalq təbabətində bu bitkinin bütün hissələrindən - kökündən, gövdəsindən və çiçəklərindən istifadə edirlər. Sürünən sığırdili bitkisinin kökünün, yarpaqlarının və çiçəklərinin toplanması adətən iyun ayına təsadüf edir. Toplanmış bitkinin yerüstü hissələri, kölgə yerdə, seyrək sərilib qurudulur.

B e c ə r i l m ə s i : Sürünən sığırdili (*A.reptans* L.) növü soyuğa davamlı bitkidir. Onun kökümsov gövdələri çox gərəkli olsa da Abşeron şəraitinə uyğunlaşmayan bu bitki, vegetasiya dövrünün ikinci yarısında (çiçəkləmə fazası başa çatmamış), tədricən qurumağa başladı.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində sürünən sığırdili bitkisinin bütün yerüstü hissələri, bir çox xəstəliklərin müalicəsində istifadə edilir. Məsələn, müxtəlif mədə xəstəliklərində, maddələr mübadiləsinin tənzimlənməsində və eyni zamanda öd kisəsinin daşlardan təmizlənməsində çox mühüm rol oynayır.

Bunun üçün, sığırdili bitkisinin qurudulmuş yerüstü hissələrindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan suda dəmləyib, gündə 4-5 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edirlər.

Müxtəlif mədə xəstəliklərinə (spazmlarına) qarşı ən çox zirə, cirə, razyana və nanə bitkilərindən istifadə edirlər. Məsələn, bir hissə - zirə toxumu, bir hissə - cirə toxumu, bir hissə - razyana toxumu və iki hissə - nanə bitkisinin yarpaqlarından götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər və 30 dəqiqədən sonra, onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı adətən qırxbuğum, sığırdili, gicitkən, zəncirotu, bağayarpağı, həmərsin (itburnu), boymadərən və sürvə bitkilərindən daha çox istifadə edirlər. Məsələn, qırxbuğumun doğranmış köklərindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan ılıq suya töküb qarışdırırlar və 30 dəqiqə onu su hamamında saxladıqdan sonra onu süzüb, öd kisəsinin iltihabına, mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edirlər.

Beləliklə, yuxarıda bu adları çəkilən sığırdili, gicitkən, zəncirotu, bağayarpağı, həmərsin, boymadərən və sürvə bitkilərinin hər birindən, eyni üsulla, lakin ayrı-ayrılıqda, onlardan hazırlanmış dəmləmədən istifadə etmək olar.

Xoruzgülü (*Adonis L.*) - Горлицет, Адонис

Xoruzgülü - Qaymaqçiçəklilər (*Ranunculaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Avropanın və Asiyanın mülayim qurşağında *Adonis L.* cinsinin 20 növü məlumdur. Onlardan 9 növü Azərbaycanda bitir.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən *Adonis L.* cinsinin yaz xoruzgülü (*A. vernalis L.*) növüdür. Onun gövdəsi dikqalxan, az budaqlanandır. Yarpaqları bölümlüdür. Onlar dəstə şəklində

gövdəni əhatə edərək, qın əmələ gətirir. Ləçəkləri qismən uzunsov, parlaq sarı rəngindədir. Kasa yarpaqlarının sayı 5-dir. Erkəkciklərinin sayı isə çoxdur.



Yaz xoruzgülü
(*Adonis vernalis* L.)

Respublikanın aran rayonlarında yaz xoruzgülü bitkisinə daha çox rast gəlinir. Aran rayonlarından başlamış yuxarı dağ qurşağına doğru getdikcə, onların sayı azalır və bu ərazilərdə onlara tək-tək hallarda rast gəlinir. Yaz xoruzgülü bitkisi erkən yazda çiçək açır və o, çox zəhərlidir.

Yaz xoruzgülü bitkisinin tərkibində ürək üçün çox vacib olan qlikozidlərin (adonidozid, adonvernozid və sinarin) olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Yaz xoruzgülü bitkisi 2010-cu ildə, Gəncə ərazisindən toplanaraq, institutun təcrübə sahəsində əkilib, becərilməsi üçün gətirilmişdir. Lakin onun Abşeron şəraitində becərməsi və biomorfoloji xüsusiyyətlərinin tam öyrənməsi mümkün olmamışdır. O, tez bir zamanda qurumuşdur.

İstifadəsi: Təbabətdə bu bitkinin bütün hissələrindən (yarpaqlarından, gövdəsindən və çiçəklərindən) istifadə edirlər.

Yaz xoruzgülü bitkisi ürək və damar xəstəliklərində (ürək zəifliyi, ürək nevrozu, ürəkdə piylənmə və Bazedov xəstəliyində) istifadə olunur. Bundan başqa, yaz xoruzgülü bitkisi tac damarlarını genişləndirir, o, həm ağrıkəsici, həm də sidikqovucu təsirə malikdir. Adətən xoruzgülü bitkisinin yerüstü hissəsinin dəmləməsi isti halda qəbul edilir. Məsələn, iki xörək qaşığı qurudulmuş bitkinin yerüstü hissələrini, bir stəkan suda dəmləyirlər, sonra onu süzərək isti-isti, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı içirlər.

Ürək əzələləri zəifliyinə qarşı yaz xoruzgülünün yerüstü hissələrindən, nanə yarpaqlarından, pişikotu kökündən bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar və bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda 30 dəqiqə saxlayırlar. Sonra onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Qaraciyər xəstəliyi və serroza qarşı yaz xoruzgülünün, qatırquyruğunun və boymadərənin yerüstü hissəsindən bərabər miqdarda götürüb, qarışdırırlar. Bu qarışıqdan, bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzürlər və gündə 2 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər. Xoruzgülü bitkisi zəhərli olduğu üçün, bu, həkim nəzarəti altında aparılmalıdır.

Sidik ifrazını gücləndirən vasitə kimi, 3 hissə ardıc meyvəsi, 3 hissə cəfəri toxumu, 1 hissə xoruzgülü bitkisinin yerüstü hissəsi, 1 hissə zirə toxumu, 1 hissə gəndalaş bitkisinin çiçəyi və 1 hissə razyana toxumu götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 1 stəkan soyuq suya töküüb, 6 saatdan sonra, onu 10-15 dəqiqə qaynadırlar. Sonra süzüb gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{4}$ stəkan içirlər. Bu resept çox güclü sidik qovucu təsirə malikdir.

Bazedov xəstəliyi - qalxanabənzər vəzinin funksiyasının artması nəticəsində çoxlu tiroksin hormonunun ifrazı ilə əlaqədar xəstəlikdir. Bazedov xəstəliyini ilk dəfə təsvir edən alman həkimi K.Bazedov olmuş (K.Bazedov, 1799-1845) və onun adı ilə

bağlıdır. Bazedov xəstəliyinin başlanğıc formasına tibbdə **h i p e r t i r e o z** deyilir. Bu xəstəlik kişilərə nisbətən, qadınlarda daha çox təsadüf edilir. Psixi travmalar, mərkəzi sinir sisteminin üzvi zədələnmələri, infeksiyon xəstəliklər və s. Bazedov xəstəliyinə səbəb ola bilər. Bu xəstəliyin **ə l a m ə t l ə r i** : qalxanabənzər vəzi böyüyür (ur), göz alması irəli çıxır (dombalan göz), ürək döyünməsi başlayır, əl-ayaq və göz qapaqları əsir, xəstə çox əsəbi olur və arıqlama başlayır. Xəstəlik müalicə olunmasa ürəyin, qaraciyərin və mədə-bağırsaq sisteminin funksiyası pozulur. **Müalicəsi**: sakitlik, vitaminli yeməklər yemək, su prosedurları, qalxanabənzər vəzinin qalvanizasiyası, yod (az miqdarda) və s. olmalıdır.

Çəpişotu (*Galega L.*) - Козлятник

Çəpişotu - Paxlalılar (*Fabaceae* Lindl.) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Bu cinsin Avropada və Asiyada 3 növü var.

Azərbaycanın ərazisində çəpişotu cinsinin 2 növü məlumdur. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən onun dərman çəpişotu (*G. officinalis* L.) növüdür. Dərman çəpişotu bitkisinin boyu 35-70 sm-ə qədərdir. Onun gövdəsi düz qalxan, yarpaqları oturaq, lakin bir-biri ilə bərabər olmayan lələkvəri, uzunsov yaxud xətləri-lansetsəkillidir. Çiçəkləri çoxçiçəkli çiçək salxımı əmələ gətirir. Bu çiçəklər yarpaqların qoltuğunda uzunsov, sıx düzümlü olur. Onlar uzun saplaqlıdır. Çiçək tacı açıq mavi yaxud ağ rəngində olur. Meyvəsi çoxtoxumlu paxladır. Toxumları böyrəkşəkilli, üstü hamar, rəngləri isə qəhvəyidir.

Çəpişotu bitkisi iyun ayında çiçək açır, sentyabr ayında isə meyvə verir.

Dərman çəpişotu bitkisinə respublikanın Böyük Qafqazın dağ ətəklərində, çay kənarlarında, xüsusilə də rütubətli yerlərdə daha çox rast gəlinir.

Təbabətdə əsasən çəpişotu bitkisinin yerüstü hissəsindən dərman kimi istifadə edirlər. Onun yerüstü hissələrinin toplanması isə bitkinin çiçəkləmə dövrünə təsadüf edir.



Dərman çəpişotu
(*Galega officinalis* L.)

Çəpişotu bitkisinin əsas tərkibini qlikozidlər, taninlər, alkaloidlər, saponinlər və acı maddələr təşkil edir.

İstifadəsi: Xalq təbabətində dərman çəpişotu bitkisi bir çox xəstəliklərin müalicəsində çox mühüm rol oynayır. Məsələn, diabet (şəkər) xəstəliyinin ilkin mərhələsində çəpişotu bitkisi insulina oxşar təsirə malik olduğu üçün, məhz ondan istifadə edirlər. Eyni zamanda ondan sidikqovucu və tərlədici dərman kimi də istifadə edilir.

Orqanizmdə qanın laxtalanmasının qarşısını almaq üçün, ilk növbədə dərman çəpişotu bitkisinin çiçəklərindən istifadə edirlər. Bundan başqa orqanizmdə maddələr mübadiləsinin tənzimlənməsində çəpişotu bitkisi necə bir dərman kimi işlədilir. Məsələn, bir xörək qaşığı qurudulmuş çəpişotu bitkisinin

çiçəklərini, bir stəkan suda dəmləyib, gün ərzində onu içməklə, orqanizmdə maddələr mübadiləsi yenidən bərpa olur.

Gilənar (*Cerasus* Mill.) - Вишня

Gilənar - Gülçiçəklilər (*Rozaceae*) fəsiləsinə aid ağac və ya kol bitkisidir.

Gilənar cinsinin, Yer kürəsinin mülayim qurşağında 125-140 növü məlumdur.

Azərbaycanda gilənar cinsinin 7 növü var. Onlardan 2-si mədəni halda becərilir.



Adi Gilənar
(*Cerasus vulgaris* Mill.)

Genetik Ehtiyatlar İnstitutunun Elmi Tədqiqat bazasında becərilən, gilənar cinsinin, adi gilənar (*C. vulgaris* Mill.) növüdür. Onun hündürlüyü 5-6 m-dir. Yarpaqları tünd yaşıl rəngdə, uzun saplaqlı, forması isə enli ellipsşəkillidir. Çiçəkləri çətirşəkilli hamaş çiçəkdir. Kasa yarpaqları qısa, kənarları isə dişli olur. Ləçəkləri uzunsov, rəngləri ağdır. Meyvələri açıq-qırmızı rəngli çəyirdəkdir. Gilənarın meyvələrinin çəyirdəyi lət hissədən ayrılmayıdır. Onlar yumru, üzəri isə hamar olur.

Gilənar aprel-may aylarında çiçək açır, iyun-iyul aylarında isə meyvə verir.

Gilənar bitkisi respublikanın bütün bölgələrində mədəni halda becərilir. Bu bitki mədəni halda orta dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə, xüsusilə aran yerlərində daha çox əkilir və becərilir.

Təbabətdə gilənarın meyvəsi dərman kimi istifadə olunur. Onun meyvələrindən istər təzə, istərsə də qurudulmuş halda, müxtəlif xərəklərin hazırlanmasında istifadə edirlər. Gilənarın meyvəsindən mürəbbə, müxtəlif şirələr, kisel və bir çox siroplar hazırlayırlar. Onun meyvəsinin tərkibində 0,8% zülal maddələri, 0,4% yağlar, 2,2% üzvi turşular, 9-14% şəkər, aşı maddələri, C və B vitaminləri var. Bundan başqa gilənar bitkisinin kökü və yarpaqlarının tərkibində limon turşusu, 5-7% tanin və rəngləyici maddələr olduğu müəyyən edilmişdir.

İ s t i f a d ə s i: Azərbaycanda gilənar çox qiymətli dərman bitkisi hesab olunur. Onun meyvələrinin saplağından, cavan zoğlarından, kökündən və yarpaqlarından hazırlanmış şirə bir çox xəstəliklərin müalicəsində necə bir dərman kimi istifadə olunur.

Gilənar meyvəsindən hazırlanmış şirə həm də necə bir sidikqovucu dərman kimi, işlədilir. Bundan başqa, gilənardan sidik ifrazının çətinləşməsinə, sidik kisəsində daşın və qumun olmasına qarşı istifadə edilir.

Gilənar bitkisinin meyvələrindən hazırlanmış sirop həm iştahaçan dərman kimi, həm də müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı istifadə edilir.

Məsələn, gilənar bitkisinin şirəsindən diabet və hepatit xəstəliklərinə qarşı, o cümlədən də, orqanizmdə maddələr mübadiləsini tənzimlənməsi məqsədilə, mütəmadi olaraq, gilənar şirəsi qəbul edilməlidir.

Tənəffüs yolları iltihabına, iştahsızlığa, ürək bulanmaya və orqanizmdə yüksək temperatura qarşı daha çox gilənar şirəsi qəbul edilməlidir.

Böyrək və sidik yollarının xəstəliklərinə qarşı 10 q qurudulmuş gilənar meyvəsinin saplağını, bir stəkan suda, 20 dəqiqə qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə içməli.

Mədə xorasına qarşı daha çox gilənar bitkisinin kökünü çay kimi dəmləyib, onun suyunu içmək lazımdır.

Böyrək daşlarına və podaqraya qarşı gilənarın çəyirdəyindən hazırlanmış ekstrakt, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə, 10-20 ml qəbul edilməlidir.

Bronxit və traxeit xəstəliklərinə qarşı gilənarın meyvələrindən hazırlanmış şirəni, gündə 3-5 dəfə, hər dəfə 50-60 ml içməli.

Ürək döyünməsinə qarşı xəstə çoxlu gilənar şirəsi içməlidir. Bu, həm də ürək ritminin normallaşmasına kömək edir.

Gücotu (*Agrimonia L.*) - Репейничек

Gücotu - Gülçiçəklilər (*Rosaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir. Yer kürəsinin mülayim qurşağında gücotu cinsinin 10 növü var.

Azərbaycanda *Agrimonia L.* cinsinin 1 növü - aptek gücotu (*A.eupataria L.*) bitir. O, yoğun kökümsovlara malik bitkidir. Onun hündürlüyü 35-110 sm-dir. Yarpaqları saplaqsız (oturaq), müxtəlif boyda, uzunsov lələkvari və ya ellipsşəkillidir. Bu yarpaqların rəngi tünd-yaşıl, kənarları isə mişarvaridir. Bitkilərin aşağıda yerləşən yarpaqlardan fərqli olaraq, yuxarı getdikcə yarpaqlar kiçilir. Çiçəkləri uzunsov sünbülşəkillidir. Belə çiçəklərin yuxarı hissəsi sıx, aşağı hissəsi isə seyrək olur. Onlar sarı rəngli, lakin uzunsov salxım şəkilli çiçək qrupuna toplanmışdır.

Gücotu bitkisinin bu növü may-iyun aylarında çiçək açır, iyul-avqust aylarında isə meyvə verir.

Aptek gücotu bitkisinə respublikanın bütün ərazisində, yuxarı dağ qurşağına qədər olan ərazilərdə, meşə kənarlarında, kolluqlarda, çəmənliklərdə rast gəlir.



Aptek gücotu
(*Agrimonia eupatoria* L.)

Dərman məqsədilə gücotu bitkisinin çiçəkləri və onun yerüstü hissələri adətən iyul-avqust aylarında toplanır. Bir çox bitki növlərindən fərqli olaraq, gücotu bitkisinin çiçəkləri qurudulduqdan, sonra da çox xoş iyə malik olur.

Onun çiçəklərinin tərkibində 0,20 % efir yağı, qlikozidlər, K və B qrupu vitaminləri var.

İ s t i f a d ə s i: Aptek gücotu bitkisi bir çox xəstəliklərin müalicəsində çox mühüm rol oynayır. O, qaraciyərin və öd kisəsinin fəaliyyətini tənzimləyir. Eyni zamanda o, iltihab əleyhinə, revmatizmə və ishala qarşı istifadə edilir.

Məsələn, ishala qarşı 5 xörək qaşığı doğranmış gücotu bitkisini, 2 stəkan suda, 15 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Qaraciyər və öd kisəsi xəstəliklərindən əziyyət çəkənlər isə qurudulmuş gücotu bitkisindən 2 xörək qaşığı götürüb, onu 3 stəkan suda dəmləyib, gün ərzində içməlidir.

Gücotu bitkisi həm də bir çox xəstəliklərin müalicəsində, ayrı-ayrı bitkilərlə birlikdə qarışıq halında istifadə olunur. Məsələn, laringit xəstəliyinə qarşı 20 q gücotu bitkisinin yerüstü hissəsi, 15 q sürvə bitkisinin yarpaqları və 20 q çobanyastığı çiçəyi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 1 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gün ərzində bir neçə dəfə, boğazı qarqara edirlər.

Böyrək xəstəliklərində nefritə qarşı bulaqotu, gücotu və yolotu bitkilərinin yerüstü hissələrindən bərabər miqdarda götürüb, onları tozağacı yarpaqları ilə qarışdırırlar. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə 100 ml qəbul edirlər.

Qaraciyər xəstəliklərinə və öd kisəsinin iltihabına qarşı 20 q solmazçiçək, 20 q boymadərənin yerüstü hissəsi, 20 q yovşan bitkisi, 20 q razıyana toxumu və 20 q nanə yarpağı götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmləyirlər. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 15 dəqiqə əvvəl 100-150 ml içirlər.

Qaraciyər xəstəliklərinə və maddələr mübadiləsinin pozulmalarına qarşı qabaq meyvəsinin şirəsi çox lazımlı məlhəmdir. İstər qaraciyər xəstəliklərinin, istərsə də orqanizmdə maddələr mübadiləsinin pozulmalarının qarşısını almaq üçün, onun şirəsini gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 250 ml içmək lazımdır.

Xolesistit xəstəliyinə qarşı gücotu, kəklikotu, üçrəngli bənövşə, nanə və boymadərə bitkilərinin yerüstü hissələrindən bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan bir xörək qaşığını, bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 3 stəkan (səhər, günorta və axşam) qəbul edirlər.

Gəcəvər (*Acorus* L.) - Aır

Gəcəvər - Danaayağıkimilər (*Araceae*) fəsiləsinə aid çoxillik ot bitkisidir.

Yer kürəsinin isti və mülayim qurşağında *Acorus* L. cinsinin 2 növü məlumdur. Azərbaycanda onlardan yalnız bir növü (*A. calamus* L.) bitir. Ona əsasən respublikanın Kür-Araz ovalığında, çay kənarlarında, sakit axan sulara, bataqlıq yerlərində və s. rast gəlir. Onun kökümsov gövdələri 2010-cu ildə respublikanın qərb bölgəsindən (Gəncə ərazisindən) toplanmışdır.

İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən *A. calamus* L. növü, çoxillik ot bitkisidir. O, çox yoğun, sürünən, boz rəngli kökümsovlara malik bitkidir. Gəcəvər bitkisinin hündürlüyü 60-80 sm-ə qədərdir. Onun gövdəsi üçüzlü, yarpaqları çox uzun, qismən ensiz, lakin çox ətirli olur. Çiçəkləri ikicinslidir. Onlar yaşılmıtlı - sarı rəngdə, uzunsov, yuxarısı qismən yoğunlaşmış, hər tərəfdən 6 yarpaqla əhatə olunmuşdur. Azərbaycan şəraitində gəcəvər bitkisi iyun-iyul aylarında çiçək açsa da meyvə vermir. Erkəkciqlərinin sayı 6-dır. Yumurtalıq (toxumluq) 2-3 yuvalıdır. Çox ətirli və xoş dada malik meyvəsi uzunsov giləmeyvədir.

A. calamus L. növü necə bir dərman bitkisi kimi, onu payız aylarının sonunda toplayırlar. Əvvəl onun qabığı soyulur, sonra xırda hissələrə doğranaraq qurudulur.

Gəcəvər bitkisinin tərkibində 1,5-3,5% efir yağının olduğu müəyyən edilmişdir. Bu yağ spesifik iyə malik, sarı-qəhvəyi rəngdə olur. Onun tərkibində 7,8% azaron, 25-40% nişasta var.

İstifadəsi: Gəcəvər bitkisinin tərkibindəki efir yağı, ən çox liker istehsalında işlədilir. Xalq təbabətində gəcəvər bitkisinin kökü və kökümsovlarından iştah artıran və mədə-bağırsaq sisteminin fəaliyyətini gücləndirən dərman kimi istifadə edirlər. Bundan başqa ondan müxtəlif mədə-bağırsaq xəstəliklərinə, 12 barmaq bağırsaq xəstəliklərinə, ishala, sidik kisəsi və sidik yolları xəstəliklərinə qarşı daha çox istifadə

edirlər. Məsələn, mədənin fəaliyyətini gücləndirmək üçün gəcəvər bitkisinin doğranmış kökümsovundan 1 xörək qaşığı götürüb, onu 3 stəkan suda, ağzı bağlı qabda (üstədən bağlanan qabda), 15 dəqiqə qaynadırlar. Sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

Gəcəvər bitkisinin kökündən hazırlanmış toz (bitkinin qurudulmuş köklərini əvvəl əzib toz halına salırlar, sonra ondan istifadə edirlər), mədə və onikibarmaq bağırsaq xoralarının müalicəsində işlədilir. Sidik kisəsi və sidik yollarının xəstəliklərinə qarşı gəcəvərin toz halına salınmış kökündən 1 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 1 stəkan qaynar su töküb, onu 20 dəqiqə suda saxladıqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, hər dəfə, 100-120 ml içirlər. Gəcəvər bitkisi həm də, bir çox dərman bitkilərilə birlikdə, qarışıq halında da istifadə olunur.

Məsələn, ishal xəstəliyinə qarşı gəcəvərin kökümsov gövdəsi, palıd ağacının qabığı, zirə meyvəsi və cəviz ağacının yarpağını bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 1 çay qaşığı götürüb, onun üzərinə 1 stəkan qaynar su töküb, 6 saat saxladıqdan sonra, onu 10-15 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Soyuduqdan sonra süzüb, gün ərzində qurtum-qurtum içirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı pişikotunun kökü, gəcəvərin kökümsovu, qızılçətinin yerüstü hissəsi, zəyərek və cirənin toxumları, çobanyastığı çiçəyi, nanə yarpağı və boymadərənin yaşıl kütləsi (bu bitkilərin hər birindən 10 q götürüb) qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu 2 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmlədikdən sonra süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, 100-150 ml içirlər. Bu, həm qastritə, həm də bağırsaq xəstəliklərinə qarşı istifadə olunan reseptdir.

Mədə turşusunun hiperfunksiyasına qarşı gəcəvər bitkisinin kökümsovunu, cökə bitkisinin çiçəklərini, biyan bitkisinin kökünü və nanə bitkisinin yarpağını bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan

qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içirlər.

İshal xəstəliyinə qarşı gəcəvər bitkisinin kökümsovundan, palıd ağacının qabığından, kəklikotunun yerüstü hissəsindən və cəviz ağacının yarpağından bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, onu 6 saat, bir stəkan soyuq suda saxladıqdan sonra qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, bir gün müddətində qurtum-qurtum içirlər.

Mədə xoralarına qarşı acı yovşanın yerüstü hissəsindən, darçın qabığından və gəcəvər bitkisinin kökümsovundan bərabər miqdarda götürüb qarışdırırlar. Qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suya töküüb dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə bir stəkan içirlər.

Mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə və qəbizliyə qarşı 10 q pişikotu bitkisinin kökü, 10 q gəcəvər bitkisinin kökümsovu, 10 q qızılçətir bitkisinin yerüstü hissəsi, 10 q zəyərek toxumu, 10 q cirə toxumu, 10 q çobanyastığı çiçəyi və 10 q boymadərən götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı qədər götürüb, 2 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə yeməkdən əvvəl 100-150 ml içirlər.

Mədə, 12-barmaq bağırsaq xoralarına qarşı 10 q bağayarpağı, 10 q nanə yarpağı, 10 q yovşan bitkisinin yerüstü hissəsi, 10 q çobanyastığı çiçəyi, 10 q gülünbahar çiçəyi, 10 q daziotu və 10 q gəcəvər bitkisinin kökü götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 2 xörək qaşığı qədər götürüb, 2 stəkan qaynar suda dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl 100-150 ml içirlər.

Mədə şirəsinin ifrazı zamanı, baş verən pozulmalara qarşı bir hissə gəcəvər kökü, bir hissə darçın, bir hissə qızılçətir və bir hissə yovşan götürüb qarışdırırlar. Bu qarışıqdan bir çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda dəmləyirlər. Sonra onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən əvvəl 100-120 ml içirlər.

Öd kisəsi və öd yollarının xəstəliklərinə qarşı 1 çay qaşığı doğranmış gəcəvər kökümsovunu, 1 stəkan qaynar suda 20

dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100-120 ml içirlər.

Üskükotu (*Digitalis L.*) - Наперстянка

Üskükotu - Keçiqulağikimilər (*Serophulariaceae*) fəsiləsinə aid çoxillik və ya ikiillik ot bitkisidir. Yer kürəsinin yarısından çoxunda, xüsusilə Aralıq dənizi ölkələrində, bu cinsin 36 növü yayılmışdır.



Paslı üskükotu
(*Digitalis ferruginea L.*)

Azərbaycanda üskükotu cinsinin 2 növü var. İnstitutun təcrübə sahəsində becərilən isə paslı üskükotu (*D.ferruginea L.*) növüdür. O, əsasən respublikanın Şimal bölgəsində, Şəkinin 5-7 km-də bitir. Onun kökümsov gövdələri 2009-2010-cu illərdə Şəki ərazisindən toplanaraq, biomorfoloji xüsusiyyətlərinin və becərilmə üsulunun öyrənilməsi məqsədilə gətirilmişdir.

Təcrübə sahəsində becərilən paslı üskükotu (*D.ferruginea L.*) növünün boyu 55-140 sm-dir. Gövdəsi çılpaq, dikqalxandır. Kök

ətrafı yarpaqlar uzun lansetvaridir. Onlar oturaq, ensiz, lakin uzun olur. Gövdənin yuxarı hissəsindəki yarpaqlar isə kiçik olur. Çiçəkləri qısa saplaqlı, hamaş çiçəklərdir. Onlar uzun sünbül formasında salxımdır. Çiçək altlığı iti lansetşəkilli, kasa yarpaqları isə 7-10 sm uzunluqda olur. Çiçəkləri sarı rənglidir. Bitkilər iyun-iyul aylarında çiçək açır. Meyvəsi yumurtaşəkilli, 2 yuvalı qutucudur. Çox zəhərli bitkidir. Üskükotu bitkisi əsasən Böyük Qafqazın qərb bölgəsində, Şəki ətrafı ərazidə, onun düzənliyində və meşə kənarlarında rast gəlinir.

Hava şəraiti ilə əlaqədar olaraq, adətən üskükotu bitkisinin yarpaqlarını və köklərini payız aylarında toplayırlar. Əvvəl bitkilərin toplanmış yarpaqları və kökləri xırda hissələrə doğranır, sonra onları açıq havada sərib qurudurlar.

Təbabətdə üskükotu bitkisinin yarpaqlarından dərman kimi istifadə edirlər. Onun yarpaqlarının tərkibində 0,1-1%-ə qədər A, B, C, vitaminləri, bundan başqa, yarpaqlarının tərkibində ürək üçün daha çox lazım olan qlikozidlərin olduğu müəyyən edilmişdir.

B e c ə r i l m ə s i : Üskükotu bitkisi soyuğa davamlı, işıq intensivliyinə və torpaq münbitliyinə qarşı çox tələbkar bitkidir. O, qara və çürüntülü torpaqlarda daha yaxşı inkişaf edir. Üskükotu bitkisinin kökümsov gövdələri, institutun təcrübə sahəsində əkilərsə də, bitkilər Abşeron şəraitində yalnız may ayının sonuna qədər normal inkişaf etmişdir.

İ s t i f a d ə s i : Xalq təbabətində üskükotu bitkisinin yarpaqlarından müxtəlif ürək xəstəliklərinin müalicəsində, xüsusilə də, ürək-damar xəstəliklərində, astit, pnevmaniya və s. xəstəliklərində istifadə edilir. Bundan başqa, bu bitkidən hazırlanmış, məlhəmdən müxtəlif dəri xəstəliklərində, xüsusilə qoturluqda, müxtəlif şiş xəstəliklərində geniş istifadə olunur. Üskükotu bitkisinin köklərindən hazırlanmış, şirə ilə Sibir yarasını müalicə edirlər.

Məsələn, astit xəstəliyinə qarşı 0,5-1q üskükotu bitkisinin doğranmış yarpaqlarını, 200 ml qaynar suda dəmləyib, gündə 2-4 dəfə, hər dəfə məlhəmdən bir xörək qaşığı içməli. Bitki zəhərli olduğundan, müalicə həkim nəzarəti ilə aparılmalıdır.

Xalq təbabətində ürək fəaliyyətini gücləndirmək məqsədilə, üskükotu bitkisinin qurudulmuş yarpaqlarını, əvvəl əzib toz halına salırlar, sonra onu gündə 3-4 dəfə, hər dəfə, 0,2 q qəbul edirlər.

Üskükotu bitkisindən hazırlanmış preparatlar isə, ən çox ürəyin sağ və sol mədəciklərində əmələ gələn qüsurların aradan qaldırılmasında istifadə olunur.

Cədvəlin davamı

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
63	Nəcb dəfnə, Lavr <i>Laurus nobilis</i> L.	-	-	-	28. IV	13. VIII	11. X-196	-	Efir yağı bitkidir	-
64	Qafqaz xanışmotu <i>Atropa caucasica</i> Kreyer.	16. IV	21. V	30x30	23. VII	18. VIII	09. IX-145	-	-	-
65	Çöl qatırquyruğu <i>Equisetum arvense</i> L.	13. III köklü	-	30x20	-	-	-	-	-	-
66	Sürünən sigirdili <i>Ajuqa reptans</i> L.	16. III köklü	-	30x20	17. V	23. VI	-	-	-	-
67	Yaz xoruzgülü <i>Adonis vernalis</i> L.	17. III köklü	-	30x30	13. IV	23. VI	-	-	-	-
68	Dərman çəpişotu <i>Galega officinalis</i> L.	24. IV	91. V	30x30	19. VI	17. VIII	13. IX-141	-	-	-
69	Adi gilənar <i>Cerasus vulgaris</i> Mill.	-	-	-	28. IV	17. VI	23. VII-86	-	-	0,4
70	Aptek gücötu <i>Agrimonia eupatoria</i> L.	-	-	-	24. V	22. VI	14. VIII-82	-	0,20	-
71	Kəcəvər <i>Acorus calamus</i> L.	-	-	-	26. VI	19. VII	-	-	1,5-3,5	-
72	Pash üskükötu <i>Digitalis ferruginea</i> L.	19. IV köklü	-	30x30	29. V	-	-	-	-	-

III. BƏZİ XƏSTƏLİKLƏRİN MÜALİCƏSİ ÜÇÜN ÜMUMİ RESEPTLƏR

1. Ağciyər xəstəlikləri

Ağciyərin müalicəsi üçün tətbiq olunan reseptlər:

Ağciyərin ən çox rast gələn xəstəlikləri: - sətəlcəm (pnevmoniya), vərəm (tuberkulyoz), sulu şiş (ödem) və plevrit (ağciyəri örtən qişaların iltihabı) xəstəliklərindən xilas olmaq üçün, bir çox bitki növlərindən istifadə etmək lazımdır.

1. Tərə toxumu ilə baldan hazırlanmış məcundan gündə 3 dəfə, hər dəfə bir desert qaşığı qəbul etməli.
2. Şam ağacı qozasını həvəngdə əzib, bal ilə məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir desert qaşığı qəbul etməli.
3. Bir müddət, hər dəfə 1 q zəfəran qəbul etməli.
4. Noxudu əzib süddə bişirməli və gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan onun suyunu (duru hissəsini) içməli.
5. Gicitkən toxumunu, istiotu, xardalı və balı bərabər miqdarda götürüb qarışdırılır. Sonra qarışıqdan cəviz (qoz) böyüklüyündə həblər hazırlayıb, gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 1 həb qəbul etməli.
6. 100 q şam ağacı qozasının toxumlarını yeməli və üstündən bir stəkan üzüm doşabı içməli.
7. Səməninə suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 stəkan içməli.

Ağciyər vərəmi

Bu xəstəlikdən xilas olmaq üçün:

1. Kətan (zəyərek) toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə, bir desert qaşığı qəbul etməli.
2. Hər səhər xəstəyə ılıq bişirilmiş yumurta verməli.
3. Mal baş-ayağının (xaşın) suyunu, gündə 3 dəfə, hər dəfə 200-250 q içməli.
4. Gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan təzə bişirilmiş süd içməli.
5. 100 q kişmiş, 100 q əncir və 100 q xurma götürüb, ona kifayət qədər bal qatıb, suda qaynadılır və gündə 3 dəfə, hər dəfə 150-200 q onun suyundan içməli.
6. Qaymaq ilə baldan məcun hazırlayıb, onu gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
7. Gündə 3 dəfə, kərəvizin şirəsini hər dəfə 1 stəkan içməli.
8. Gündə 3 dəfə, hər dəfə 150-200 q heyva şirəsi içməli.
9. Cəvizi (qoz ləpəsini) əzib, onu bal ilə qarışdırıb məcun kimi, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
10. Qarabaşaq bitkisini suda qaynadıb, onu doşabla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir stəkan içməli.
11. Gündə 3 dəfə, hər dəfə də bir stəkan keçi südü içməli.
12. Dəfnə toxumu ilə baldan hazırlanmış məcundan gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
13. Gündə 30 q kətan toxumunu suda qaynadıb, suyunu içməli.

Ağciyərlərin iltihabı - sətəlcəm, plevrit

Ağciyərin soyuqlama nəticəsində əmələ gələn sətəlcəm və plevrit xəstəliklərinin müalicəsində işlədilən dərmanlar:

1. Çoxlu badam, şəkər və qaymaq yeməli.
2. Gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 q yerlək şirəsi içməli.

3. Gicitkan toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
4. Bal ilə qaymaqdan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 2-3 desert qaşığı qəbul etməli.
5. Noxudu suda qaynadıb, suyunu 1 stəkan içməli.
6. Gündə 2 dəfə, hər dəfə 200-250 ml kələm şirəsi içməli.
7. İliq bişirilmiş yumurtanı, bir stəkan bal şərbəti ilə içməli.
8. Kartof qabıqlarını suda qaynadıb, onun buxarı ilə, 10 dəqiqə nəfəs almalı.
9. Bir müddət bal ilə turp şirəsi qəbul etməli.

2. Ateroskleroz

Bu xəstəliyin müalicəsi üçün tətbiq olunan reseptlər:

1. Əvvəl 0,5 kq qurudulmuş yemişan meyvəsini yuyub sonra, onu taxta həvənglə əzib, üzərinə 100 ml su əlavə edib, 40 C-yə qədər qızdırırlar. Sonra onun şirəsini (şirəçıxaranla) çıxarıb gündə 3 dəfə, yeməkdən əvvəl, xörək qaşığı ilə qəbul edirlər. Bu resept təkcə ateroskleroz xəstələri üçün deyil, eyni zamanda hipertoniya xəstəliyinin başlanğıcında, yuxusuzluqda, ürək əzələlərinin zəifliyində və ürək fəaliyyətinin funksional pozulmaları zamanda istifadə edilir.
2. Xalq təbabətində yemişan bitkisinin çiçəkləri və meyvəsi yuxusuzluğa, təngənəfəsliyə, yüksək qızdırmaya və öskürəyə qarşı, sinir sistemini sakitləşdirici vasitə kimi istifadə edilir.
3. Sarımsaq çox xeyirli bitkidir. Onun tərkibində efir yağı, yağ turşuları, şəkərlər, askarbin turşusu - "C" vitamini, "B" qrup vitaminləri, fitonsidlər və mikroelementlər var. Ateroskleroz xəstəliyindən əziyyət çəkən insanlar gündə 2-3 diş sarımsaq yeməyi məsləhətdir.
4. Təzə bağayarpağının şirəsini balla qarışdırıb, 20 dəqiqə od üzərində bişirirlər, sonra, onu gündə 2-3 dəfə, xörək qaşığı ilə

qəbul edirlər. Yerdə qalan hissə isə sərin və qaranlıq yerdə saxlanılır.

5. Qurudulmuş bağayarpağından 2-3 xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 10 dəqiqə dəmlədikdən sonra, süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı qəbul edirlər.

3. Baş ağrıları

Bu xəstəlikdən xilas olmaq üçün az yemək, az içmək, az düşünmək, spirtli içkilər içməmək və nəhayət, az yatmaq lazımdır.

1. Yüksək hərarət nəticəsində əmələ gələn baş ağrılarından xilas olmaq üçün, sirkə ilə baldan şərbət hazırlayıb, ona pərpətöyün şirəsi əlavə edib, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içməli.
2. 100 q tərə toxumu ilə, 150 q baldan məcun hazırlayıb, başağrısı keçənə qədər, hər gün, acqarına 10 q qəbul etməli.
3. Əvvəl xınanı şit kərə yağı ilə qarışdırıb, sonra onu əridirlər. Alınan maddədən burunun deşiklərinə damızdırılmalı.
4. 9,5 q dəfinə toxumunu, 10 q balla qarışdırıb yeməli.
5. Razyananın istər yaşıl kütləsini, istərsə də toxumlarını suda qaynadıb, onu çay kimi, gündə 3 dəfə, stəkanla içməli.
6. Turş nar şirəsini gündə 3 dəfə, stəkanla içməli.
7. Çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə içməli.
8. Razyana bitkisinin qurudulmuş yerüstü hissəsini yandırır, onun tüstüsünü buruna çəkməli.
9. Xınanı sirkə ilə qarışdırıb, onun sıyığını xəstənin alına qoymalı.
10. Mərzəni suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, onun suyunu içməli.
11. Nanə bitkisindən sıyıq hazırlayıb, onu xəstənin başına yaxmalı.
12. Gündə 3 dəfə, stəkanla limon şirəsi içməli.

13. Gündə 3 dəfə, hər dəfə, 100-150 ml boranı (qabaq) şirəsi içməli.
14. Boranını əzib onun sıyığını başa qoyub bağlamalı.
15. Gündə 3 dəfə, stəkanla nanə şirəsi içməli.
16. Soğanı əzib, suyundan 2-3 damla xəstənin qulağına damızdırmalı.
17. Mərzəni suda qaynadıb, onun suyu ilə xəstənin başını yumalı.
18. Bal ilə çörəkotundan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul etməli.
19. Çobanyastığı çiçəyi ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir çay qaşığı qəbul etməli.

4. Bəlğəm

Tənəffüs yollarını bəlğəmdən təmizləmək üçün, aşağıda adları çəkilən reseptlərdən istifadə etmək lazımdır:

1. Acqarına, hər gün, 3-5 xurma yeməli.
2. Gündə 2 dəfə (səhər və axşam), hər dəfə 200-250 ml turp şirəsi içməli.
3. Bir dəstə nanəni suda qaynadıb, onun suyunu içməli.
4. 9 q tərə toxumu və ya yaşıl kütləsini yeməli.
5. Bala bir qədər duz əlavə edib yeməli.
6. Limonu sıxıb suyunu stəkanla içməli.
7. Şam ağacı qozasını əzib bal ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir desert qaşığı qəbul etməli.
8. Kəklikotunu qaynadıb, onun suyunu içməli.
9. Çayı isti içməli.
10. Hər gün, bir qaşığı bal udmalı.
11. 5 q həmərsin meyvəsini suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml onun suyunu içilməli.
12. Qarabaşağı suda qaynadıb, onu balla yeməli.

13. Çörəkotunun toxumlarını əzib, onu balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə bir desert qaşığı udmalı.
14. Çoxlu kişmiş yeməli.

5. Böyrək xəstəlikləri

Böyrək xəstəliklərinə qarşı istifadə olunan reseptlər:

1. Küncüdü əzib, onun ununu su ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, stəkanla içməli.
2. Gündə 3 dəfə doşab içməli.
3. Keşnişin toxumunu suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içməli.
4. Hər gün çox üzüm yeməli.
5. Ənginar bitkisini suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, onun suyunu stəkanla içməli.
6. Tərkibində dəmir olan mədən suları içməli.
7. Kətan toxumunu suda qaynadıb, onun suyuna şəkər əlavə edilib, stəkanla içməli.

Böyrək - sidik kisəsi iltihabı

Bu xəstəliyin müalicəsində istifadə olunan ən vacibi reseptlər:

1. Acı, duzlu, ədviyyəli yeməklər və çox su qəbul etməməli.
2. Küncüd və küncüdlü qidalar (küncüd halvası və s.) yeməli.
3. Kərəvizi suda qaynadıb, onun suyundan çox miqdarda içməli.
4. Tərənin toxumunu acqarına yeməli.
5. Çoxlu miqdarda yemiş, qarpız və gülbaşər (xiyar) toxumları yeməli.
6. Çobanyastığı və kərəviz bitkilərini ayrı-ayrılıqda suda qaynadıb, onların suyunu içməli.
7. Su yerinə çoxlu süd içməli.
8. Hər səhər 1 ədəd çiy yumurta içməli.

9. 5 q qarpız toxumu, 5 q borabı (qabaq) toxumu, 5 q gülbəşər (xıyar) toxumu, 5 q kərəviz toxumu və 5 q badam götürüb, onları 100 q bal ilə qarışdırıb, sonra şüşə qaba yığıb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

Böyrək - sidik kisəsində qum

1. Çox qarpız yeməli.
2. Çox yemiş yeməli.
3. Kəbabiyyə (rozmarin) bitkisini suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 50-100 ml içməli.
4. 5 q dəfnə toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
5. Kərəviz şirəsini gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 ml içməli.
6. Boranı şirəsini gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 ml içməli.
7. Turp şirəsini gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 ml içməli.
8. Çobanyastığını suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 ml içməli.
9. Çörəkotunun toxumlarını əzib, onu balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
10. Andız bitkisinin kökünü suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə, hər dəfə 50 q içməli.
11. Tez-tez kükürlü su hamamında çimməli.
12. Çobanyastığını əzib, onu balla qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.

6. Bronxit

Bronxları bəlgəmdən təmizləmək üçün işlədilən reseptlər:

1. 1 hissə andız və 2 hissə dəvədabanı yarpağının qarışığından 1 xörək qaşığını, 2 stəkan qaynar suda, 20 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzülər və gündə yeməkdən 30 dəqiqə sonra, yarım stəkan içirlər.

2. 1 çay qaşığı quru gicitkən çiçəyini 4 stəkan qaynar suda bir saat saxladıqdan sonra, onu süzüb suyunu içməli.
3. 500 q əzilmiş soğan, 400 q şəkər və 50 q bal götürüb, onları su ilə 1:1 nisbətində qarışdırıb, sonra 3 saat qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, ağzı bağlı şüşə qaba yığaraq sərin yerdə saxlayırlar və gündə 4-5 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul etməli.
4. Təzə turp şirəsini gündə 3 dəfə, xörək qaşığı ilə içməli. O, bronxit, öskürək, ateroskleroz və qaraciyər xəstəliklərinə, eyni zamanda sidik kisəsində əmələ gələn daşlara qarşı, o, çox müsbət təsir göstərir.
5. Təzə ağ turpun baş hissəsini kəsib, içərisini qismən oyub, ora 1 çay qaşığı bal töküüb, sonra turpun kök hissəsini kəsib, onu stəkan və ya fincan üstünə qoyurlar. Şirə tədricən süzülür və bal azaldıqca ora bal əlavə edilir. Süzülən şirədən gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edirlər.
6. Xardal ilə balın qarışığından hazırlanmış məcunu gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul etməli.
7. Su yerinə çox süd içməli.
8. Çiy yumurta içməli.
9. Pərpətdöyünü suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə içməli.
10. 10 q kətan toxumunu, 50 q əməkəməci bitkisi ilə birlikdə qaynadıb, suyunu gündə 3 dəfə, stəkanla içməli.
11. 5 q dəfinə toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə qəbul etməli.
12. Gündə 3 dəfə kərəviz şirəsi içməli.
13. Gündə 3 dəfə turp şirəsi içməli.
14. 100 q döyülmüş çörəkotu toxumu ilə 100 q baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə desert qaşığı ilə qəbul etməli.
15. Andız bitkisinin kökünü suda qaynadıb, onun suyunu gündə 3 dəfə içməli.
16. Pişikotunu suda qaynadıb, onun suyunu bal ilə içməli.
17. 500 q çörəkotu ilə, 500 q baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, desert qaşığı ilə qəbul etməli.

18. 0,5 q zəfəranı, 1 stəkan südlə qarışdırıb içməli.

7. Qan azlığı - Anemiya

Orqanizmdə qan miqdarını bərpa etmək üçün, aşağıda adları çəkilən bitkilərdən hazırlanmış məlhəmləri (şirələri) olduğu kimi qəbul etmək vacibdir.

1. Daha çox ilıq bişirilmiş yumurtanı içməyə üstünlük vermək lazımdır.
2. Doşaba inək südü və əzilmiş badam əlavə edib içməli.
3. Gicitkən yarpağı, boymadərən çiçəyi və zəncirotunun kökü bərabər miqdarda götürülüb qarışdırılır. Qarışığın bir xörək qaşığını 200-300 ml qaynamış suda 3 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə bir xörək qaşığı, yeməkdən 20 dəqiqə əvvəl qəbul etməli. Müalicə müddəti 6-8 həftədir.
4. Qan azlığından əziyyət çəkənlərin çoxlu miqdarda gül kələmi yeməyi məsləhətdir. Bunun üçün 200-300 q doğranmış kələmi qaynamış suya töküb, onun üzərinə bir qədər xörək düzü əlavə edib, kələm yumşalana qədər (təqribən 5-6 dəqiqə) qaynadılır. Aşsüzənlə süzülmüş kələm, gün ərzində qəbul edilir. Müalicə müddəti bir aydır.

8. Qan təzyiqinin yüksək olması - hipertoniya xəstəliyi

1. Əgər 5-6 diş sarımsağı əzib, 2-3 xörək qaşığı bal əlavə edərək, desert qaşığı ilə qəbul edilərsə, təzyiqə müsbət təsiri olur.
2. Zirinc şirəsini xörək qaşığı ilə gündə 3 dəfə içməli.
3. Hər səhər acqarına innab mürəbbəsini yeyib, üstündən onun şirəsini içmək lazımdır.
4. Təzyiqi olan xəstədən 200-250 q qan alınır.
5. Xəstənin ənsə nahiyəsinə zəli qoyulur.

6. Pişikotunun yarpaq və kök hissələrindən 10 q götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda, 30 dəqiqə qaynadıb, soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı içməli.
7. Kartofu (küldə, sobada) bişirib, qabıqlı yemək məsləhətdir.
8. Soğanı çiyməli.
9. Qırmızı çuğundur şirəsini balla qarışdırıb, gündə 4-5 dəfə, xörək qaşığı ilə yeməli.
10. Ya çoxlu qarağat mürəbbəsini çay kimi içməli və ya onun meyvəsini yeməli.

9. Qaraciyər xəstəlikləri

1. Noxudu suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
2. Bağ sarmaşığının şirəsini içməli.
3. Ənciri suda qaynadıb, onun suyunu içməli.
4. Çox noxud şorbası yeməli.
5. Qarğıdalı saçağını dəmlədikdən sonra, onu süzüb, hər 3 saatdan bir, xörək qaşığı ilə içməli. Bu həm də ödqovucu təsirə malikdir.
6. Boranı (qabaq) şirəsi təkcə qaraciyər xəstəliklərində deyil, eyni zamanda o, maddələr mübadiləsinin pozulmasında da işlədilir. Odur ki, gündə 0,5 kq boranı şirəsi içmək məsləhətdir.
7. Solmaz çiçəyi bitkisinin çiçəkləri, boymadərən və yovşan bitkilərinin yerüstü hissəsi, razyana toxumu, nanə bitkisinin yarpaqları (bu bitkilərin hər birindən 20 q) götürüb doğranılır, sonra qarışdırılır. Qarışıqdan 2 xörək qaşığını 2 stəkan qaynar suda, 15-20 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl, yarım stəkan içməli. Bu tərkibli resept qaraciyər xəstəliklərində və öd kisəsinin iltihabında çox mühüm rol oynayır.
8. Çox kişmiş və ya üzüm yeməli.

9. Yatmaqdan əvvəl, ya 50 ml kərəviz şirəsi içməli, və ya kərəvizi suda qaynadıb, gündə 2-3 dəfə, onun suyunu stəkanla içməli.
10. Gündə 30-50 ədəd boranı toxumu yeməli.
11. Çox gül mürəbbəsi yeməli və ya çayla içməli.
12. Gündə 2 dəfə (səhər və axşam) 100 ml zirinc şirəsi içməli.
13. Çox zoğal yeməli.
14. Kükürdlü mədən suları içməli.
15. Gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 q kök şirəsi (yaxşı olar bənövşəyi kök şirəsi) içməli.
16. Gündə 3 dəfə, hər dəfə 100 q çuğundur şirəsi içməli.
17. Pərpətyünün şirəsini stəkanla içməli.

10. Diz ağrısı

Bu ağrılardan xilas olmaq üçün:

1. Təzə çinar ağacının yarpaqlarını qaynar suya salıb, onu isti halda, hər axşam, dizə qoyub bağlamalı. Bunu 3-5 gün davam etdirmək lazımdır.

2. Donbalanı (ona donuz alması da deyirlər) suda qaynadıb, onu isti halda dizə qoyub bağlamalı.

3. Turp toxumu, acı paxla, sabun və xına (bunların hər birindən bərabər miqdarda) götürüb qarışdırılır. Turp toxumu ilə acı paxlanı qabaqcadan əzib (un halında), onlar sabun ilə xınaya qarışdırılır. Bu qarışıqdan hazırlanmış sıyıq dizə qoyularaq (yaxılaraq) bağlanır.

4. Əncirdən, qaymaq çiçəyi bitkisindən, çəməndən (zirədən) və çobanyastığı bitkilərinin hər birindən bərabər miqdarda götürüb, onları suda qaynadıb, sıyıq halında dizə qoyularaq bağlanır.

11. Əzələ titrəməsi

Əzələ titrəməsinə qarşı işlədilən əlaclar:

1. Paxla bitkisindən sıyıq hazırlayıb, əzələlərin üzərinə qoyub bağlanmalı.
2. Bir çay qaşığı (mürəbbə qaşığı) darçın, zəncəfil və mixək götürüb, üzərinə 250 q kişmiş və lazımı qədər bal əlavə edib, su ilə qarışdırılır. Bu qarışıq od üzərində qaynadılır, soyuduqdan sonra, onu gündə 3 dəfə, stəkanla içməli.
3. Gündə 3 dəfə, nanə suyu içməli.
4. Bir ovuc göy nöxudu suda qaynadıb, gündə 3 dəfə, suyunu stəkanla içməli.
5. Tərkibində kükürd olan su hamamından istifadə etməli (çimməli).
6. Gülxətmi bitkisinin çiçəklərini suda qaynadıb, ona bir qədər bal əlavə edib, şərbət halında içməli.

12. Əl və ayaqların titrəməsi

Bu xəstəlikdən xilas olmaq üçün:

1. Bədəni möhkəm və sağlam olan adamlardan qan alınır.
2. Kükürdlü su hamamından istifadə etməli və masaj edilməli.
3. 60 q armud, 60 q innab, 60 q keşniş, 15 q gül, 15 q razyana toxumu və 1 litr su götürüb, onun dördə biri qalana qədər qaynatmalı. Alınan mayedən gündə 3-4 dəfə, hər dəfə xörək qaşığı ilə içməli.
4. Dəniz hamamından (suyundan) çox istifadə etməli (çimməli).
5. Gülxətmi bitkisinin köklərini suda qaynadıb, ona bal qarışdırıb içməli.

6. 20 q qarabaşaq bitkisini suda qaynadıb, ona istənilən qədər (zövqə uyğun) bal əlavə edib, tez-tez (gündə 4-6 dəfə) içmək lazımdır.
7. Söyüd ağacının yarpaq və budaqlarını suda qaynadıb, isti halda onunla əzələləri masaj etməli.

13. Mədə-bağırsaq sistemi xəstəlikləri

Mədə-bağırsaq xəstəliklərinin müalicəsində daha çox andız, daziotu, pişikotu, gicitkan, dəvədabanı, çobanyastığı, həmərsin (itburnu), nanə, cırə, gəcəvər və s. bitkilərinin kökündən, gövdəsindən, yarpaqlarından və meyvələrindən istifadə edirlər.

Məsələn:

1. Mədə-bağırsaq ağrılarına, sıxıntılarına (spazmalarına) və bağırsaqlarda çox qaz əmələ gəlməsinə qarşı; 1 hissə cırə, 1 hissə razyana, 1 hissə zirə və 2 hissə nanə yarpaqları götürüb qarışdırılır. Qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər, 30 dəqiqədən sonra, onu süzüb, gün ərzində udumlarla (qurtum-qurtum) içirlər.

2. Mədə-bağırsaq sistemi iltihabına qarşı, 1 xörək qaşığı qırxbuğum bitkisinin yaşıl hissəsini götürüb, onu 0,5 litr isti suya töküb, 10 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100 ml içirlər.

3. Doğranmış andız kökündən 1 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynamış suya töküb, 10 saat saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə 100 ml yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl içirlər.

4. Daziotu bitkisi həm iltihaba qarşı, həm də bakteriya əleyhinə, qankəsici, ödqovucu və sidikqovucu təsirə malikdir. Ona görə də, mədə-bağırsaq sistemi xəstəliklərinə qarşı, daha çox onun dəmləməsindən istifadə edirlər. Məsələn, daziotunun doğranmış hissələrindən 1 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan

qaynar suya töküb, 15 dəqiqə zəif od üzərində saxladıqdan sonra, süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 200 ml içməli.

5. Mədə-bağırsağın yolxucu xəstəliklərinə qarşı, mütləq gündə 2-3 diş sarımsaq yemək lazımdır.

6. Bağırsaqlarda əmələ gələn qaza, ishala, ürəkbulanmasına və qusmaya qarşı, 2 çay qaşığı nanə yarpağını 1 stəkan qaynar suda 30 dəqiqə dəmləyib, onu gün ərzində içməli.

7. Mədə xəstəliklərinə qarşı, 3 xörək qaşığı çaytikanı bitkisinin meyvəsindən götürüb, onu 0,5 litr isti suya töküb, 10 dəqiqə zəif od üzərində qaynadırlar. Sonra onu süzüb, ora bir qədər bal əlavə edib, acqarına, çay kimi gündə 2-3 stəkan içirlər. Nəzərə almaq lazımdır ki, çaytikanının gövdəsini və yarpaqlarını da, çay kimi dəmləyib içmək olar.

8. Mədədə əmələ gələn spazmalara, ağrılara və sıxılmalara qarşı, 1 hissə cırə toxumu, 1 hissə razyana toxumu və 1 hissə zirə toxumu götürüb, onları 2 hissə nanə yarpaqları ilə qarışdırırlar. Bu qarışıqdan 2 çay qaşığı götürüb, onu 1 stəkan qaynar suda dəmləyirlər və 30 dəqiqədən sonra, onu süzüb, gün ərzində içirlər.

9. Pişikotunun doğranmış köklərindən bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 15 dəqiqə, zəif od üzərində saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 3 dəfə xörək qaşığı ilə içirlər.

10. Mədə-bağırsaq sistemi iltihablarına qarşı, qırxbuğum bitkisinin yaşıl kütləsindən bir xörək qaşığı götürüb, onu 0,5 litr isti suya töküb, 10 dəqiqə qaynadıqdan sonra, süzüb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 100-150 ml içirlər.

Mədə xəstəlikləri

Mədə bulanması və qıçqırmasına qarşı:

1. Bir stəkan nanə suyu içməli.

2. 20 q sumağı suda bişirib, ona 5 q zirə toxumu qatıb yeməli.
3. Mədənin turşuluğu artarsa, yeməklərin arasında çoxlu nanə yeməli.

Mədədə qaz əmələ gəldikdə:

1. 2 q darçını bir stəkan su ilə içməli.
2. Yovşanın və nanənin hər birindən bir dəstə götürüb, onu suda qaynadıb, suyunu stəkanla içməli.
3. Kəklikotunun, zirənin və cirənin hər birindən bir çay qaşığı götürüb, onları bir stəkan suda qaynadıb, suyunu içməli.

Mədə iltihabına - gastridə qarşı:

1. Çoxlu nar şirəsi içməli.
2. Cücə ətinə suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
3. Çobanyastığını suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
4. Çoxlu kahı yeməli.

Mədə yanğısına qarşı işlədilən reseptlər:

1. Zəncəfilə suda qaynadıb, suyunu çay kimi içməli.
2. 50 q zəyərek (kətan) toxumuna, 50 q şəkər qarışdırıb, gündə 3-4 dəfə onu hər dəfə, bir qaşığıq su ilə içməli.

Mədə fəaliyyətinin zəifliyinə qarşı:

1. Armud şirəsini stəkanla içməli.
2. Çoxlu zirinc şirəsi içməli.
3. Heyva şirəsini stəkanla içməli.

14. Öd kisəsi və öd yollarının xəstəlikləri

Müxtəlif öd kisəsi xəstəliklərinə qarşı daha çox kəcəvər, qırxbuğum, daziotu, gülünbahar, gicitkan, zəncirotu, bağayarpağı, boymadərən, sürvə, həmərsin bitkilərindən istifadə edilir. Məsələn:

1. Bir çay qaşığı kəcəvər bitkisinin doğranmış köklərini, bir stəkan qaynar suda 20 dəqiqə saxladıqdan sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{2}$ stəkan içməli.
2. Öd kisəsinin iltihabına və mədə-bağırsaq xəstəliklərinə qarşı, bir xörək qaşığı qırxbuğum bitkisinin doğranmış köklərini, bir stəkan suya töküüb, 30 dəqiqədən sonra, onu qaynar su hamamına keçirib, 30 dəqiqə saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə xörək qaşığı ilə içməli.
3. Doğranmış daziotundan bir xörək qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynar suda, 15 dəqiqə qaynadırlar. Soyuduqdan sonra onu süzüb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 200 ml içirlər.
4. Doğranmış boymadərən bitkisindən 2 çay qaşığı götürüb, onu bir stəkan qaynamış suda, bir saat dəmlədikdən sonra, onu süzüb, gündə 4 dəfə, yeməkdən sonra, 200 ml içməli.
5. Həmərsin (itburnu) şirəsinə şəkər əlavə edib, öd qovucu dərman kimi xolesistit və hepatit xəstəliklərinə qarşı, gündə 2-3 dəfə, hər dəfə bir çay qaşığı içməli.
6. 2 hissə doğranmış gicitkan yarpağı, 2 hissə əzilmiş həmərsin meyvəsi və 1 hissə doğranmış qırxbuğum bitkisi götürüb qarışdırılır. Bu qarışıqdan 3 xörək qaşığını, 0,75 litr qaynar suya töküüb, 2-3 saat termosda saxladıqdan sonra süzüb, gündə 3-4 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl xörək qaşığı ilə qəbul edirlər. Bu müalicə uzun müddətli olduğu üçün, hər iki aydan bir, 10 gün fasilə verilməlidir.
7. Bir xörək qaşığı doğranmış bağayarpağını, bir stəkan qaynar suda 10 dəqiqə dəmlədikdən sonra, onu süzüb, bir saat müddətində qurtum-qurtum içməli.

Öd ifrazını artırmaq üçün tətbiq olunan reseptlər:

1. Hər səhər acqarına, 50 q təmiz zeytun yağı içməli.
2. Çoxlu turşəng (quzuqulağı) yeməli.
3. 30 q pərpətöyün şirəsini şəkərlə içməli.
4. Bir ovuc turş alça yeməli.
5. Armud şirəsini stəkanla içməli.
6. Bir çay qaşığı sumaqı su ilə içməli.
7. Təzə pendir suyunu stəkanla içməli.
8. Zirincin meyvələrini suda qaynadıb, onun suyunu içməli.
9. Çox gilənar yeməli və ya stəkanla onun şirəsini içməli.
10. Çox qarpız yeməli.
11. Çox zoğal yeməli və ya şirəsini içməli.
12. Çobanyastığı bitkisini suda qaynadıb, onun suyunu içməli.
13. Razyana bitkisini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
14. Gilas şirəsini stəkanla içməli.

15. Öskürək

Öskürəyin müalicəsi üçün tətbiq olunan reseptlər:

1. Kəklikotunu suda qaynadıb, suyunu bal şərbəti ilə içməli.
2. Nanəni suda qaynadıb, suyunu stəkanla içməli.
3. Kərəvizin yaşıl kütləsini suda qaynadıb, suyunu stəkanla içməli.
4. Kətan (zəyəmək) toxumunu əzib, onu bal ilə qarışdırıb, gündə 3 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul etməli.
5. 50 q əncir, 100 q kişmiş və 75 q şəkər tozu götürüb, onları suda qaynadıb, suyunu stəkanla içməli.
6. 5 q razyana və 5 q cırə toxumu götürüb, onları suda qaynadıb, suyunu stəkanla içməli.

7. İstənilən qədər qara çörəkotu və cirə toxumu götürüb, əvvəl onlar əzilib toz halına salınır, sonra bal ilə qarışdırılıb, gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 desert qaşığı qəbul edilir.
8. İliq bişirilmiş yumurta içməli.
9. Süddə bişirilmiş əncir yeməli.
10. Bir çay qaşığı doğranmış andız kökünü, bir stəkan qabaqcadan qaynadılmış soyuq suda 10 saat saxladıqdan sonra süzüb, gündə 4-5 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl hər dəfə 50 ml içməli.
11. Bir xörək qaşığı doğranmış qırxbuğum otunu, 1 stəkan qaynar suda 5-10 dəqiqə su hamamında qaynadılır və 1-2 saatdan sonra süzüb, ağciyər vərəminə və göyöskürəyə qarşı gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edilir.
12. Təzə turp şirəsini gündə 3 dəfə, xörək qaşığı ilə içməli. Bu resept bronxit, öskürək, ateroskleroz və qaraciyər xəstəliklərinə, eyni zamanda sidik kisəsində əmələ gələn daşlara qarşı çox güclü təsirə malikdir.
13. Daha bir resept: - Təzə ağ turpun baş hissəsini kəsib, içərisini qismən oyub, ora 1 çay qaşığı bal töküüb, sonra turpun kök hissəsini kəsib, onu stəkan və ya fincan üzərinə qoyurlar. Şirə tədricən süzülür və bal azaldıqca ora bal əlavə edilir və süzülən şirədən gündə 3-4 dəfə, hər dəfə 1 xörək qaşığı qəbul edilir.

16. Revmatizm

Revmatizm xəstəliyinin müalicəsi üçün aşağıda adları çəkilən reseptlərdən istifadə etmək məsləhətdir:

1. 1,5 stəkan turp şirəsi, 1 stəkan bal, 0,5 litr araq və 1 xörək qaşığı duz götürülüb qarışdırılmalı, sonra, qarışıqdan ağrıyan yerlərə sürüb, yun parça ilə bağlamalı.

2. 1 xörək qaşığı qarağat bitkisinin yarpağını, 2 stəkan qaynar suda dəmləyib, onu 6 saatdan sonra süzüb, gündə 4 dəfə, hər dəfə $\frac{1}{2}$ stəkan içməli. Bu resept revmatizmə, podaqra, sidik yolları daşına və dəri xəstəliklərinə qarşı ən yaxşı əlacdır.
3. Gəndalaş və cökə bitkilərinin çiçəklərindən və daziotu bitkisindən bərabər miqdarda götürüb qarışdırmalı, bu qarışıqdan, 1 xörək qaşığı qədər, 1 stəkan qaynar suda 30 dəqiqə dəmdə saxladıqdan sonra onu süzüb, gündə 2 stəkan (səhər və axşam) içməli.
4. Qaragilənin təzə meyvələri çay kimi dəmlənib, gündə 3 dəfə, qəbul edilərsə, o, revmatizmə, podaqra və maddələr mübadiləsinin pozulmasına qarşı ən yaxşı vasitədir.

17. Sidik kisəsinin iltihabı

*Bu xəstəlikdən xilas olmaq üçün, aşağıda adları çəkilən
reseptlərə riayət edilməlidir:*

1. Xəstə hər səhər, bir çiy yumurta içməli.
2. Bir stəkan toyuq bulyonunu südlə içməli.
3. Hər səhər bir stəkan keçi südü içməli.
4. Xəstə çox qarpız yeməli.
5. Gündə 30-50 ədəd boranı toxumu yeməli.
6. Bir stəkan pərpətöyün şirəsi içməli.
7. Əməkəməcini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
8. Çox əncir yeməli.
9. Çox şam qozasının toxumlarını yeməli.
10. Çox əncir, üstündən badam yeməli.

Sidik ifrazını gücləndirmək üçün istifadə olunan reseptlər

1. Qarğıdalı saçağını suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
2. Yovşanı suda qaynadıb, onun suyuna bal qatıb içməli.
3. Kəklikotunu suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
4. Çox kərəviz şirəsi içməli.
5. Çobanyastığı bitkisinin çiçəklərini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
6. Çox yerkökü yeməli və ya stəkanla onun şirəsini içilməli.
7. Çox sarımsaq yeməli.
8. Çox yemiş yeməli.
9. Stəkanla bal şərbəti içməli.
10. 10-20 q razyana toxumunu və ya yaşıl kütləsini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.

Sidik yolu iltihabı

Bu və ya başqa xəstəliklərdən xilas olmaq üçün:

1. Əgər sidik ifrazı soyuqlama nəticəsində baş veribsə, kərəviz və çobanyastığı bitkilərinin şirəsindən, yox, əgər istidən baş veribsə, arpa suyundan istifadə edilməlidir (içilməlidir).
2. Sidiyi saxlaya bilməyən insanlar daha çox ladan, yerbadamı və keşniş bitkilərindən istifadə etməlidir.
3. Sidik yollarının tutulması və ya çətinləşməsini aradan qaldırmaq üçün yerbadamını və ladanı suda qaynadıb, onların suyu ayrı-ayrılıqda, növbə ilə hər dəfə birinin suyu içilməlidir. Buna əməl edilərsə, böyrək və sidik yolları iltihabı aradan qalxmış olar.
4. Sidik ifrazının tənzimlənməsi üçün cəfəri bitkisini suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.

5. Çobanyastığı və cırə bitkilərini suda qaynadıb, onların suyunu içməli. Bunun revmatizmə də təsiri olur.
6. Sidik yollarının iltihabına qarşı, su əvəzinə, daha çox doşab şərbəti içmək lazımdır.
7. Sidik ifrazının asanlaşdırması üçün, bir müddət nanə suyu içmək lazımdır.
8. Kətan (zəyərek) toxumu ilə baldan məcun hazırlayıb, gündə 3 dəfə, onu desert qaşığı ilə qəbul etməli.
9. Çox miqdarda qarpız yemək lazımdır.
10. Duzlu, ədviyyəli və çox şirin yeməkdən çəkinmək məsləhətdir.
11. Toyuq şorbasına çox keşniş əlavə edib, yemək məsləhətdir.

18. Sinir sistemi fəaliyyətinin zəifliyi

Bu xəstəlikdən xilas olmaq üçün:

1. Kəklikotunu suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
2. Xardalı suda qaynadıb, onun suyunu stəkanla içməli.
3. Dəfnə yağı ilə əzələləri masaj etməli.
4. Kələm şirəsini stəkanla içməli.
5. Çox sarımsaq yeməli.
6. Çox yarma və toyuq ətindən hazırlanmış şorba yeməli.
7. Toyuq əti şorbası yedikdən sonra, üstündən badam və ya püstə yeməli.
8. Noxudu suda qaynadıb, onun suyunu içməli.
9. Qarabaşağı suda qaynadıb, suyunu içməli. Üstündən ya kişmiş yeməli və ya kompot içməli.
10. Sinir sistemi fəaliyyətini gücləndirmək üçün çox əncir və cəviz yeməli.
11. Çobanyastığı bitkisini suda qaynadıb, onun suyunu içməli.
12. Qarabaşağı suda qaynadıb, onun suyunu doşabla şirinləşdirib gündə 4 dəfə, stəkanla içməli.

ƏDƏBİYYAT

1. Azərbaycanın dərman bitkiləri. 1970. səh. 9-10, 20, 35-36.
2. Azərbaycanın faydalı bitkiləri. "Elm" nəşriyyatı. Bakı, 1971.
3. Babayev M.M. Nəcib dəfnə. Bakı, "Azərnəşr", 1965.
4. Qasimov M.Ə. Gülbəhər "Azərbaycan təbiəti", 14 bur., № 4, 1979, s.26-27.
5. Qasimov M.Ə. Gülxətmi. "Elm və həyat", № 12, 1980, səh. 30-31.
6. Qasimov M.Ə., Nəsimli E. Yovşan. "Elm və həyat", № 3, 1983.
7. Qasimov M.Ə. Ədviyyat bitkiləri. "Azərbaycan təbabəti", № 6, 1990.
8. Qasimov M.Ə. Ədviyyat bitkiləri. "Elm və həyat", № 9-80, 1991.
9. Qasimov M.Ə. Gicitkən. "Elm və həyat", 1994.
10. Qədirova G.S., Qasimov M.Ə. Əzvay və ya "müalicə kaktusu" - Aloe. Bakı, "Bilgi" dərgisi, 2004, № 3.
11. Qədimov S. Şəfa ensiklopediyası. "Azərbaycan ensiklopediyası". Nəşriyyat Poliqrafiya Birliyi, Bakı 1997.
12. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın faydalı bitki sərvəti. Bakı, "Azərnəşr", 1992, səh. 246.
13. Qasimov M.Ə., Qədirova G.S. Ədviyyat və yabanı tərəvəz bitkilərinin ensiklopediyası. Bakı, "Elm", 2004, səh. 624.
14. Qasimov M.Ə., Qasimova T.A., Qasimova G.S. XXI əsrin dərman bitkiləri. Bakı, "Elm", 2006, səh. 429.
15. Qasimov M.Ə. Azərbaycanın ədviyyat bitkiləri. Bakı, "Azərnəşr", 1992, səh. 176.
16. Qasimov M.Ə. Qulañçar (Məzəşüyüd) *Asparagus*. Elm qəzeti, 29 may - 22 iyun, 2009 № 17-18 (916-917); № 19-20 (918-919).
17. Qurbanov E.M. Dərman bitkiləri. Bakı Dövlət Universiteti, Bakı - 2009.

18. Qurbanov H.M., Quliyev V.Ş. Ali bitkilərin sistematikası. “Maarif” nəşriyyatı. Bakı, 1986.
19. Qurbanov E.M. Ali bitkilərin sistematikası. “Bakı Universiteti Nəşriyyatı”. Bakı, 2009.
20. Dəmirov İ.A., Şükürov C.Z. Azərbaycanın meyvə və tərəvəz bitkilərinin müalicə əhəmiyyəti. “Maarif.” Bakı, 1990.
21. Dəmirov İ.A., Hüseynov D.J., Şükürov C.Z. Bitkilər və təbabət. “Gənclik” nəşriyyatı. Bakı, 1992.
22. Əliyev Ş.A. Tərəvəzçilik (II hissə). “Bakı Dövlət Universiteti Nəşriyyatı”. 1997, səh. 230-234.
23. Əliyev Ş.A. Bitkilər üzrə laboratoriya məşğələsi. 1973, səh. 208-218, 221, 285-289.
24. Əliyev Ş.A., Əsgərov Ə.T. Azərbaycanın yabanı tərəvəz bitkilərini qorumaq. AzETETİİ, İnformasiya vərəqi №49, 1984. Kənd təsərrüfatı seriyası.
25. Əliyev Ş.A. Azərbaycanda tərəvəzin çeşidini genişləndirilmək yolları. 1987, 37 s.
26. Əliyev Ş.A. Tərəvəzçilik. Bakı, “Maarif”, 1988, 252 s.
27. Əliyev Ş.A., Dünyamalıyev M.Z. Azərbaycanın ənənəvi tərəvəz bitkiləri. Bakı. Azərbaycanın Kənd Təsərrüfatı Nazirliyinin nəşri, 1992, 114 s.
28. Əliyev Ş.A., Məmmədova M.M. Azərbaycanda razıyana bitkisi. AKTA-nın sərbəst nəşri. Gəncə, 1993, 4 s.
29. Əliyev Ş.A., Məmmədova M.M. Azərbaycanda razıyananın becərilməsinə dair tövsiyələr. Bakı, 1988, 12 s.
30. Əliyev Ş.A., Novruzov V.S., Məmmədov E.N., Əsilbəyova T.M., Məmmədova M.M., Vüsəli R.F. Gəncəbasarın yabanı tərəvəz bitkiləri. Gəncə-2007, səh. 84-85, 88, 111-113.
31. Əliyev Ş.A., Məmmədova M.M. Qulançar. Gəncə-2011, səh. 50-59.
32. İbadlı O. Müalicə bitkiləri: “Qulançar və ya Mərəçüyüd”. Bakı, “Tural” NPM, 2005, 16 s.

33. İbadullayeva S.C. Azərbaycan florasının kərəvəzkimiləri - Apiaceae Lindl. B.e.d.dis... avtoreferat. Bakı, 2005, 48 s.
34. Məclumov F.Q. Kətan, zəyərək (*Linium* L.) təkcə yağ-piy sənayesi üçün xammal deyil, həm də dərman bitkisidir. "Biomüxtəlifliyin genetik ehtiyatları" / Beynəlxalq Elmi Konfrans, Bakı, 2006, səh. 224-225.
35. Məclumov F.Q. Reyhan (*Osimum* L.) təkcə tərəvəz bitkisi deyil, həm də dərman bitkisidir. / Beynəlxalq Elmi Konfrans, Bakı, 2007, səh. 200-201.
36. Абу Али ибн Сина (Авиценна). Канон врачебной науки. Кн. г. О простых лекарствах. Ташкент. Изд-во АН.Уз. ССР, 1956.
37. Абу Али ибн Сина (Авиценна). Канон врачебной науки. Изд. г-е. Ташкент. Изд. ФАН. 1980.
38. Ганоненков Т.К. О состава эфирного масла кориандра и о его превращениях в растениях. / Зап. Ворон. с-х ин-та, 1935. Т-1 (16), ст. 232-240.
39. Гурвич Н.М., Гаджиев И.О. Эфиромасличные растения. Баку, 1968 г.
40. Гурова А.Д., Сапожникова Л.П. Лекарственные растения СССР и их применение. М. 1983, ст. 288.
41. Гроссгейм А.А., Исаев Я.Ч., Прилипко Л.И., Шутов С.А. Лекарственные растения Азербайджана. 1972 г.
42. Лекарственные растения и их применения - Травник. Составитель Г.Тиморева. Изд-во «Медицинская газета», М., 1989.
43. Лекарственные растения Азербайджана. Составители Алиев Р.К., Прилипко А.Н., Дамиров И.А. и др. Азгос изд-во, 1972, 196 с.
44. Рзаде Р.Я. Материалы по растительному покрову и лекарственным растениям Лачинского и Кельбаджарского районов. Труды института ботаники, т.XVI, Баку, 1952.

45. Маику Я., Крейча И. Атлас лекарственных растений. Изд-во слованкой АН, Братислава, 1972.
46. Флора Азербайджана, Изд-во АН Азерб. ССР, I-VIII, Баку, 1950-1961.
47. Adcocu S.W., Betts N.S. Chemotaxonomic survey of essential oil costituneents in the tribe Laserpitiloe (Umbelliferoe) // II planta mod. 1974, Bd. 26. H.s. 52-64.
48. Dopke W., Fritsch G. Der alkalolagehalt von *Nigella damascens* L. Pharmarie. Jahrg. 25. H.I, 1970. s. 69-70.

MÜNDƏRİCAT

Ön söz	3
Giriş	5
I HİSSƏ. İNSAN XƏSTƏLİKLƏRİ VƏ ONLARIN MÜALİCƏSİNƏ DAİR ÜMUMİ MƏLUMATLAR ..	7
II HİSSƏ. ƏSAS DƏRMAN BİTKİLƏRİ, ONLARIN BECƏRİLMƏSİ VƏ MÜXTƏLİF XƏSTƏLİKLƏRƏ QARŞI İSTİFADƏ ÜSULLARI ..	10
Andız (<i>İnula</i> L.)	10
Boymadərən (<i>Achillea</i> L.)	17
Keşniş (<i>Coriandrum</i> L.)	20
Daziotu (<i>Hypericum</i> L.)	26
Zəncirotu (<i>Taraxacum</i> Wigg.)	31
Nanə (<i>Mentha</i> L.)	35
Kasni, cırtıdanquş (<i>Cichorium</i> L.)	42
Çaytikanı (<i>Hippophae</i> L.)	45
Yemişan (<i>Crataegus</i> L.)	50
Dalamaz (<i>Lamium</i> L.)	55
Kətan, zəyəmək (<i>Linum</i> Mill.)	58
Gülünbahar (<i>Calendula</i> L.)	62
Dəvədabanı (<i>Tussilago</i> L.)	66
Şəhtərə (<i>Fumaria</i> L.)	71
Küncüd (<i>Sesamum</i> L.)	74
Əməkəməci (<i>Malva</i> L.)	80
Həmərsin, itburnu, quşburnu (<i>Rosa</i> L.)	83
Çobanyastığı, birəotu (<i>Matricaria</i> L.)	88
Bağayarpağı (<i>Plantago</i> L.)	93
Qaraçörəkotu (<i>Nigella</i> L.)	98
Zirinc (<i>Berberis</i> L.)	101
Heyva (<i>Cydonia</i> Mill.)	105
Reyhan (<i>Osimum</i> L.)	109
Sarmaşıq (<i>Convolvulus</i> L.)	114

Zirə (<i>Carum</i> L.)	117
Gicitkən (<i>Urtica</i> L.)	121
Razyana, boyana (<i>Foeniculum</i> Mill.)	126
Pişikotu (<i>Valeriana</i> L.)	130
Qaraqınıq (<i>Origanum</i> L.)	135
Kərəviz (<i>Apium</i> L.)	138
Rozmarin (<i>Rosmarinus</i> L.)	143
Yovşan (<i>Artemisia</i> L.)	147
Quruçiçək, Solmazçiçək (<i>Helichrysum</i> L.)	151
Qulançar, quşüzümü (<i>Asparagus</i> L.)	155
Sürvə, adaçayı (<i>Salvia</i> L.)	159
Cəfəri (<i>Petroselinum</i> L.)	162
Şaftalı (<i>Persica</i> Mill.)	165
Əncir (<i>Ficus</i> L.)	167
Mərzə (<i>Satureja</i> L.)	170
Yarpız (<i>Mentha</i> L.)	174
Tüklü yarpız (<i>Mentha logifolia</i> L.)	174
Damotu, şirquyruğu (<i>Leonurus</i> L.)	177
Zoğal (<i>Cornus</i> L.)	180
Kəklikotu (<i>Thymus</i> L.)	182
Qaragilə (<i>Vaccinium</i> L.)	186
Qızılçətir (<i>Centaurium</i> Gilib.)	189
Bədrənc, limonotu (<i>Melissa</i> L.)	191
Keçiqulağı, sıgırquyruğu (<i>Verbascum</i> Schrad)	195
Gəndalaş (<i>Sambucus</i> L.)	198
Qara gəndalaş (<i>Sambucus</i> L.)	200
Bəlgəmotu (<i>Althaea</i> L.)	204
Bənövşə (<i>Viola</i> L.)	207
Bıyan (<i>Glycyrrhiza</i> L.)	211
Şam (<i>Pinus</i> L.)	214
Gavalı (<i>Prunus</i> L.)	218
Qırxbuğumu (<i>Polygonum</i> C.A.Mey.)	222
Xəşəmbül (<i>Melilotus</i> L.)	201
Bulaqotu (<i>Veronica</i> L.)	229

Sabunotu (<i>Saponaria</i> L.)	231
Əzvay (<i>Aloe</i> Mill.)	233
Sumaq (<i>Rhus</i> L.)	237
Gülxətmi (<i>Alceae</i> L.)	240
Qarağat (<i>Ribes</i> Lam.)	243
Dəfnə, Lavr (<i>Laurus</i> L.)	246
Xanımotu (<i>Atropa</i> Kreyer.)	250
Qatırquyruğu (<i>Equisetum</i> L.)	253
Sığırdili (<i>Ajuga reptans</i> L.)	257
Xoruzgülü (<i>Adonis</i> L.)	259
Çəpişotu (<i>Galega</i> L.)	262
Gilənar (<i>Cerasus</i> Mill.)	264
Gücotu (<i>Agrimonia</i> L.)	266
Gəcəvər (<i>Acorus</i> L.)	269
Üskükotu (<i>Digitalis</i> L.)	272

III. BƏZİ XƏSTƏLİKLƏRİN MÜALİCƏSİ ÜÇÜN ÜMUMİ RESEPTLƏR

1. Ağciyər xəstəlikləri	276
Ağciyər vərəmi	277
Ağciyərlərin iltihabı-Sətəlcəm, plevrit	277
2. Ateroskleroz	278
3. Baş ağrıları	279
4. Bəlgəm	280
5. Böyrək xəstəlikləri	281
Böyrək-sidik kisəsi iltihabı	281
Böyrək-sidik kisəsində qum	282
6. Bronxit	282
7. Qan azlığı - anemiya	284
8. Qan təzyiqinin yüksək olması - hipertoniya xəstəliyi	284
9. Qaraciyər xəstəlikləri	285
10. Diz ağrısı	286
11. Əzələ titrəməsi	287

12. Əl və ayaqların titrəməsi	287
13. Mədə-bağırsaq sistemi xəstəlikləri	288
Mədə xəstəlikləri	289
14. Öd kisəsi və öd yollarının xəstəlikləri	291
15. Öskürək	292
16. Revmatizm	293
17. Sidik kisəsinin iltihabı	294
Sidik ifrazını gücləndirmək üçün istifadə olunan reseptlər	295
Sidik yolu iltihabı	295
18. Sinir sistemi fəaliyyətinin zəifliyi	296
Ədəbiyyat	297