



“SHIMOLIY MINTAQALARDA QISHLOQ XOJALIGINI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB MASALALARI VA ULARNING INNOVATSION ECHIMLARI” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy konferensiya



UDK. 635.32:635.321; 615.322.

**ARTISHOK (*Cynara scolymus* L.) SABZAVOTINIŇ XALIQ XOJALIGINDAǒI
HÁM INSAN SALAMATLIǒI USHIN ÁHMIYETI.**

¹Turdibaeva Gúlsanem Jumamuratovna., ²Abdigapbarov Azamat Saymbetovich.

¹1-kurs tayanish doktoranti. Sabzavotshiliq qaniygeligi. Qaraqalpaqstan awıl xojalıǒı hám agrotexnologiyalar institutı. Qaraqalpaqstan Respublikası.

²a.x.i.f.d. (PhD). «Miywe-sabzavotshiliq hám palızshiliq» kafedrası aǒa oqıtıwshısı. Qaraqalpaqstan awıl xojalıǒı hám agrotexnologiyalar institutı. Qaraqalpaqstan Respublikası. [abdiaza079@. mail.ru](mailto:abdiaza079@mail.ru).

¹1-kurs tayanch doktoranti. Sabzavotchilik mutaxassisligi. Qoraqalpog‘iston qishloq xo‘jaligi va agrotexnologiyalar instituti. Qoraqalpog‘iston Respublikasi.

²q.x.f.f.d. (PhD). "Meva-sabzavotchilik va polizchilik" kafedrası katta o‘qıtuvchisi. Qoraqalpog‘iston qishloq xo‘jaligi va agrotexnologiyalar instituti. Qoraqalpog‘iston Respublikasi. [abdiaza079@. mail.ru](mailto:abdiaza079@mail.ru).

¹Базовый докторант 1-го курса. Специальность овощеводства. Каракалпакский институт сельского хозяйства и агротехнологий. Республика Каракалпакстан.

²доктор философии наук сельского хозяйства (PhD). Старший преподаватель кафедры "Плодоовощеводство и бахчеводство." Каракалпакский институт сельского хозяйства и агротехнологий. Республика Каракалпакстан. [abdiaza079@. mail.ru](mailto:abdiaza079@mail.ru).

¹1th year basic doctoral student. Specialization in vegetable growing. arakalpak Institute of Agriculture and Agrotechnologies. Republic of Karakalpakstan.

² Doctor of Philosophy in Agricultural Sciences (PhD). Senior Lecturer, Department of Fruit and Vegetable Growing and Melon Growing. Karakalpak Institute of Agriculture and Agrotechnologies. Republic of Karakalpakstan. [abdiaza079@. mail.ru](mailto:abdiaza079@mail.ru).

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19244491>

Annotaciya. Maqalada Artishok (*Cynara scolymus* L.) ósimliginiŇ biologiyalıq aktiv elementleri, farmakologiyalıq qásiyetleri hám onıŇ insan salamatlıǒına tásiiri haqqında sóz etiledi. Artishok quramındaǒı inulin, cinarin, fenol birikpeler hám flavonoidlar bawır xızmetin jaqsılaw, lipid hám uglevod almasıwın normallastırw hámde antioksidant qorǒanıwdı kúsheytiwde áhmiyetke iye ekenligi ilimiy derekler tiykarında jarıtılǒan. Izertlew nátiyjeleri artishoktı funkcional azıq-awqat hám fitoterapiyalıq qural retinde qollanıw perspektivalı ekenligin kórsetedi.

Tayanish sózler: artishok, cinarin, inulin, gepatoprotektor, antioksidant, funkcional azıqlıq.

Kirisiw. Dárilik ósimliklerden nátiyjeli paydalanıw medicina hám farmacevtika tarawında áhmiyetli wazıypalardan biri bolıp esaplanadı. Artishok Astralılar tuwısına tiyisli bolıp, áyyemnen Evropa hám Aziya mámleketlerinde dárilik zat retinde qollanılp kelingен. OnıŇ quramındaǒı biologiyalıq aktiv birikpeler bawır kesellikleri, ateroskleroz hám zat almasıwınıŇ buzılıwların profilaktikalawda áhmiyetli rol atqaradı. Usı maqalada analitik-obzorlıq xarakterge iye bolıp, soǒǒı jıllarda basıp shıǒarılǒan ilimiy maqalalar, klinikalıq izertlew nátiyjeleri hám farmakologiyalıq maǒlıwmatlar analizlendi. Bioximiyalıq quramı hám farmakologiyalıq tásirler boyınsha salıstırmalı analiz usılı qollanıldı.

Jáhán kóleminde xalıqtıŇ azıq-awqat qáwıpsızlıǒın támiyinlewde agrar tarawdıŇ ornı hám áhmiyeti kúnnen-kúnge artıp barmaqta. SonıŇ ishinde, elimizde de bar resurs hám imkaniyatlardan aqılǒa uǒras paydalanıp, xalıqtı awıl xojalıǒı ónimleri menen kepillikli támiyinlew, zúraátlik hám mápdarlıqtı jáne de arttırıw, tarawǒa ilim jetiskenlikleri hám zamanagóy kózqaraslardı engiziw áhmiyetli másele.

Áhmiyeti. Búgingi kúnde dúnya kóleminde shóp tárizli dárilik zat ósimliklerdi mádeniylestiriw, olardıń dárilik hám azıq-awqatlıq ózgesheliklerinen jáne de tolıǵıraq paydalanıw, shiyki zatı tiykarında tábiyiy dári-darmaqlar islep shıǵarıwdı keńeytiwge ayırıqsha itibar qaratılmaqta. tikenli artishok (*Cynara scolymus* L) Ózbekstan ushın jańa dárilik zat hám azıq-awqat ósimligi bolıp tabıladı [3;4].

Artishok (*Cynara scolymus* L.) - bul kóp jıllıq sabzavot ósimligi bolıp, tiykarınan gúlbası (ashılmaǵan gúl toplamı) jew ushın paydalanıladı. Artishok Ózbekstan ushın dástúriy emes bolǵan, perspektivalı bahalı ósimlik bolıp, onnan jasıl túrinde silos, senaj hám qurǵaq ot-jem sıpatında paydalanıladı hám de azıq-awqat, farmacevtika sanaatı ushın shiyki zat hám mallarǵa azıq retinde



úlken áhmiyetke iye. Artishoktıń ıǵal salmaǵı quramında 18% protein, 15% belok, 1,92% inulin hám bunnan tısqari, sharwa haywanlarınıń rawajlanıwı ushın zárúr bolǵan vitaminler hám basqada organikalıq zatlar bar.

Artishok azıq-awqat sanaatında keń qollanıladı, shiyki, quwırılǵan hám konservalanǵan túrinde paydalanıladı. Onıń gúl kesesiniń ishindegi jumsaq qabıǵı júdá jaǵımlı dámge iye bolıp, az kaloriyalı dietalıq ónim bolıp esaplanadı, ol salat tayarlawda yamasa quwırılǵan jaǵdayda, hár qıylı souslar menen birgelikte paydalanıladı. Artishok úlkenler hám balalar ushın júdá paydalı ónim esaplanadı, asqazan kislotalıǵı joqarı bolǵan nawqaslarǵa járdem beredi, organizmde kaliy hám natriy duzlarınıń muǵdarın normallastırıwda qatnasadı [1;4].

Kelip shıǵıwı. Artishoktıń tiykarǵı watanı esaplanǵan Jer Orta teńizi boyı aymaǵı hám Kanar atawlarınıń fizikalıq-geografiyalıq ózgeshelikleri bul ósimliktiń ósiwi ushın qolaylı esaplanadı.

Artishok ósimligin áyiemen baslap-aq insanlar paydalanıp kelgen. Ol óziniń dámi hám dárilik qásiyetleri menen barǵan sayın tarqalıp barmaqta. Ol dietalıq hám shıpalı ónim sıpatında qádirlenedi. Onnan dawalaw quralı sıpatında Gippokrat dáwirinen baslap qollanıladı. Teofrasttıń (eramızdan aldınǵı 341-jıl) maglıwmatlarında artishok Greciya hám Siciliyada júdá áyyemnen mádeniy jaǵdayda egilip kiyatırǵan ósimliklerden biri ekenligi atap ótilgen. Dioskorid, Galen, Ateniyler pikirinshe, Greciyada bir qansha grek jazıwshılarınıń shıǵarmalarında artishok ósimligi áyyemnen belgili ekenligi kórsetilgen. Házir bul ósimlik Evropa hám Jer Orta teńizi átirapındaǵı bir qansha mámleketlerde azıqlıq hám dekorativlik ósimlik sıpatında keń egilmekte. Artishok zamanagóy ilimiy medicinada da qollanıladı [6;7].

Shıpalıq qásiyetleri. Artishoktan dári sıpatında qollanıwı ázelden belgili. Onnan bawır, búyrek keselliklerin emlewde qollanılatuǵın preparatlar tayarlanadı, artishoktan qantlı diabet keselligin emlewde paydalanıw múmkin. Ásirese balalarda gepatitti, ót-tas kesellikleri hám de aterosklerozdı emlewde, allergiyalar, hár túrli psoriaz hám ekzemalardı emlewde keń qollanımaqta. Artishok bawır hám búyrek operaciýalarınan aldın hám keyin qollanıwǵa usınıs etiledi.

Artishoktıń ekstraktı adam hám haywanlar tárepinen qabıl etilgende ót suyıqlıǵı qurǵaq qaldıq hám xolesterin muǵdarın asırıp, xoleretik tásir kórsetedi.

Azotemiya menen awırǵan nawqaslarda ekstrakt diurezdi kúsheytirip, ulıwma jaǵdayın jaqsılaydı. Artishoktıń dárilik qásiyetlerin esapqa alıp, ósimliktiń shiyki zatın Ózbekstan sharayatında jetistiriw hám onnan mámleketimizdiń farmacevtika kárxanalarında dárilik preparatlardı tayarlaw ekonomikalıq jaqtan nátiyjeli esaplanadı [4].

Antioksidant aktivligi. Flavonoidlar hám fenol birikpeler erkin radikallardı neytrallap, oksidlewshi stressti kemeyttiredi.



“SHIMOLIY MINTAQLARDA QISHLOQ XOJALIGINI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB MASALALARI VA ULARNING INNOVATSION ECHIMLARI” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy konferensiya



Gipolipidemik tásiri. Izertlewler artishok ekstrakti qandağı ulıwma xolesterin hám tómen tıǵızlıqtađı lipoproteidler muğdarın kemeyttiretuǵınlıǵın kórsetken. Bul bolsa júrek-qan tamır kesellikleri qáwpin azaytadı. Inulin dárilik zatı ishekte glyukozanıń sorılıwın ástenlestiredi hám qandağı qant muğdarın turaqlastıradı.

Gepatoprotektor tásiri. Artishok japıraqlarında bar cinarin hám xlorogen kislotası bawır kletkaların toksik tásirlerden qorǵaydı. Ót bóliniwin kúsheytıwı arqalı bawırdıń detoksikaciya funkciyasın aktivlestiredi.

Xalıqtı sapalı, zıyansız hám arzan dári-dármaqlar menen támiyinlew zamanagóy farmaciyanıń tiykarǵı wazıypası esaplanadı. Usılardı esapqa alıp, sintetik jol menen alınǵan dári preparatları menen bir qatarda ósimlik shiyki zatı tiykarında tayarlanǵan dári quralların islep shıǵıw áhmiyetli wazıypalardan esaplanadı.

Artishoktan tayarlanǵan hár qıylı ajratpalar hám ekstraktlar medicinada ót aydawshı, sidik aydawshı, hepatoprotektor, gipolipidemik tásirge iye dárilik zat sıpatında qollanıladı. Artishok quramındağı flavonoidlar, kafeol hám sekviterpenlakton, inulin, sinarin, dawalawshı dárilik zatlar, kaliy, natriy, kal’ciy, magniy duzları, askorbin kislotası, karotin, B₁ hám B₂ vitaminleri terapevtik tásirge iye.

Ximiyahq quramı. Artishokni jer ústki bóliminde 3% ke jaqın belok, 7 den 15% ke shekem uglevodlar, 0,4 mg% karotin, 3-11 mg% vitamin S, maylar, nuklein kislotaları, vitaminlardan V₁, V₂, P, PP, K, E, azıqlıq tala 1,27%, ashlawshı zatlar, makro hám mikroelementler ushıraydı. Uglevodlar quramında inulin bar bolıp, onnan qantlı diabet keselligin dawalawda paydalanıladı (keste-1).

Artishok miywesiniń azıqlıq quramı (1-keste)

Azıqlıq quramı		Mineral elementler		Vitaminler	
Kaloriyalıǵı	47 kKal	Kal’ciy	44,0 mg	Vitamin A	1,0 mkg
Maylar	0,15 g	Temir	1,3 mg	Vitamin E	0,2 mg
Belok	3,27 g	Magniy	60,0 mg	Vitamin K	14,8 mkg
Uglevod	10,51 g	Fosfor	90,0 mg	Vitamin S	11,7 mg
Suw	84,94 g	Kaliy	370,0 mg	Vitamin V1	0,1 mg
Kúl	1,13 g	Natriy	94,0 mg	Vitamin V2	0,1 mg
Qant	1,0 g	Cink	0,5 mg	Vitamin V3	1,0 mg
Azıqlıq tala	5,4 g	Mıs	0,2 mg	Vitamin V4	34,4 mg
		Marganec	0,3 mg	Vitamin V5	0,3 mg
		Selen	0,2 mkg	Vitamin V6	0,1 mg
				Vitamin V9	68,0 mkg

Ilmiy-ámeliy juwmaq: Bawır iskerligin jaqsılaydı - artishok ekstraktı bawır kletkaların qorǵaydı, ót bóliniwin aktivlestiredi hám detoksikaciya processlerin qollap-quwatlaydı.

Qan quramın jaqsılaydı - xolesterin muğdarın tómenletiwge járdem beredi, júrek-qan tamır sisteması kesellikleri qáwpin azaytadı.

Qantlı diabette paydalı - inulin zatı qandağı glyukoza muğdarın normallastırıwǵa járdem beredi.

As siniriwdi jaqsılaydı - asqazan-ishek iskerligin aktivlestiredi, ish qatıwın kemeytedi.

Antioksidant qásiyetke iye - organizmdı erkin radikallar tásirinen qorǵaydı.

Juwmaq. Joqarıda keltirilgen maǵlıwmatlarǵa tiykarlanıp aytıw múmkin, artishok joqarı biologiyalıq aktivlikke iye bolǵan dárilik ósimlik sıpatında medicina hám funkcionallıq azıq-awqat sanaatında perspektivalı áhmiyetke iye. Onıń hepatoprotektor, gipolipidemik, gipoglikemik hám antioksidant tásirleri ilimiy jaqtan tiykarlanǵan.

Jánede artishok joqarı biologiyalıq aktivlikke iye bolǵan dárilik ósimlik sıpatında medicina hám funkcionallıq azıq-awqat sanaatında keńnen qollanıw imkaniyatına iye. Jergilikli klimat



“SHIMOLIY MINTAQLARDA QISHLOQ XOJALIGINI RIVOJLANTIRISHNING DOLZARB MASALALARI VA ULARNING INNOVATSION ECHIMLARI” mavzusidagi Respublika ilmiy-amaliy konferensiya



sharayatında artishoktı jetistiriw hám qayta islew texnologiyaların jetilistiriw dári ónimlerin islep shıǵarıwdı keńeytiw imkaniyatın beredi.

Paydalangan ádebiyatlar dizimi

1. «2015-2017 yillarda oʻrmon xoʻjaliklari tizimini rivojlantirish, dorivor va oziqabop oʻsimliklar xom ashyosini etishtirish, tayyorlash va qayta ishlashni yanada kengaytirish chora-tadbirlari toʻgʻrisida». – Oʻzbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2015 yil 20 yanvar № 5-sonli majlis bayoni, 1.12 bandi. – Toshkent, 2015.
2. Nomozova Z.B., Normurodov X.N., Abzalov A.A., Belolipov I.V. Oʻzbekistonda introduksiya qilinayotgan ozuqa, em-xashak va dorivor oʻsimlik *Synara scolymus* L.ning kimyoviy tarkibi // Актуальные проблемы экологий растений. Tashkent: 2012, s.–97-99.
3. Старчак Ю.А. Фармакогностическое изучение растений рода тимьян (*Thymus* L.) как перспективного источника получения фитопрепаратов. Автореферат. Курск. 2016 г.
4. Mirraximova T.A. Tikanli artishok (*Cynara scolymus* L.) xomashyosi va quruq ekstraktini standartlash. Avtoreferat. Toshkent. 2017.
5. Лунева И.Л. Фармакогностическое изучение артишока колючего (*Cynara scolymus* L.), интродуцированного на кавказских минеральных водах. Автореферат. Пятигроск. 2009.
6. Кароматов И.Дж., Рахматова С.Н.. Артишок как лечебное средство.
7. Gasbarrini G., Zacccone V., Covino M., Gallo A. Effectiveness of a "cold dessert", with or without the addition of a mixture of digestive herbs, in subjects with "functional dyspepsia" - J. Biol. Regul. Homeost. Agents. 2010