Алимбаева П. К.
Нуралиева Ж. С.

ДАРТКА ДАБА ӨСҮМДҮКТӨР

Алимбаева П. К.
Нуралиева Ж. С.

ДАРТКА ДАБА ӨСҮМДҮКТӨР

ББК 52.82
А 50

Рецензент *К. Сейдокматов*
Котормочу *А. О. Омокеев*

Алимбаева, Пакиза Каримовна, Нуралиева, Жүкүн Сейтказиевна.

А 50 Дартка даба өсүмдүктөр. /Котор. А. Б. Омокеев. — Б.: Кыргызстан, 1991. —128 б.: ил.
ISBN 5-665-00677-4

Китепте Кыргызстанда кеңири тараган дары-дармек, тамак-аш өсүмдүктөрдүн дарылоодо, ооруну алдын алууда зор мааниси бар экендиги баяндалат.

100дөн ашык өсүмдүктүн түрлөрүнө кыскача баяндама сүрөттөрү менен берилген. Өсүмдүктөрдүн дарылык сырьёсун жыйноо, химиялык составы, туура пайдалануу жана табиятты коргоого да көңүл бөлүнгөн.

Китеп көптөгөн окурмандарга арналган.

А $\frac{4107030000-34}{М 451 (11)-91}$ —54—91 ББК 52. 82.

Книга знакомит читателей с наиболее распространенными лекарственными, пищевыми растениями Киргизии, лечебное и профилактическое значение которых неоспоримо.

Описано более ста видов растений, дана краткая характеристика каждого из них и цветная фотография. Достаточно уделено внимания заготовке, химическому составу, применению и охране растений.

Книга для широкого круга читателей.

© П. К. Алимбаева, Ж. С. Нуралиева 1991.

ISBN 5-665-00677-4

АВТОРЛОР ДАРЕГИ

Алимбаева Пакиза Каримовна — провизор — фармакогност, фармацевтика илимдеринин кандидаты, Кыргыз ССР илимдер Академиясынын органикалык химия институтунун фармакогнозия лабораториясынын башчысы, отуз жылдан ашуун убактан бери табигый өсүмдүктөрдүн химиялык составын изилдөөнүн үстүндө иштөө менен баалуу биологиялык активдүү бирикмелерди алуунун келечек өсүмдүк булактарын аныктап келүүдө. Өзүнүн изилдөөлөрү менен республикада фармакогностика иштерин баштоочулардан болуп калды. Ал токсондон ашуун илимий макалалардын, жети монографиянын автору.

Нуралиева Жукун Сейтказиевна — провизор — фармакогност, фармацевтика илимдеринин кандидаты, Кыргыз ССР илимдер Академиясынын органикалык институтунун фармакогнозия лабораториясынын улуу илимий кызматкери. Жергиликтүү флорадагы өсүмдүктөргө фитохимиялык изилдөө жүргүзүп, медицинада колдонуу үчүн дары-дармектердин формаларын иштеп чыгууда эмгектенип келүүдө. Кырктан ашуун илимий эмгектин жана беш монографиянын автору.

КИРИШ СӨЗ

Жер үстүндөгү жашоо-тиричиликтин негизги заттарынын бири өсүмдүк болуп саналат. Өсүмдүктүн тиричиликке берген азыкзаты — тамак-аш, мал үчүн тоют, өнөр жайында керектелүүчү сырье, ар кандай оорулардан алдын алуу жана дарылоо үчүн дары-дармек.

Дары-дармек өсүмдүктөрүнө жана алардын негизинде даярдалган препараттарды колдонууга болгон кызыгуу жыл өткөн сайын күчөгөндөн-күчөөдө. Өсүмдүктөрдүн жаңы түрлөрү гана эмес, медициналык практикада эчактан бери белгилүү болгон жана пайдаланып келгендерине да терең изилдөө иштери жүргүзүлүүдө. Дары-дармек өсүмдүктөрүнө кызыгуунун өсүшүнүн негизги себеби: дарылоодо кошумча таасирди пайда кылбай жеңил терапевдик таасир көрсөтүшү, уулантыруу таасиринин аз санда болушу, ошондой эле дарылоочу каражат катары табигый жана синтездик жол менен өндүрүлгөн заттарды туура айкалыштырып, максатка ылайык чогуу пайдалануудагы үнөмдүүлүк касиети ж. б. артыкчылыктары.

Мындан башка дары-дармек өсүмдүктөрү өнөр жай, тамак-аш, кондитер, ликер-арак, косметикалык парфюмерия, консерва, лак боёктору ж. б. тармактарында кеңири пайдаланылат.

Фармацевтика өнөр жайынын, дарыкана тармактарынын муктаждыгын камсыз кылуу үчүн дары-дармек өсүмдүк сырьелорун даярдоонун көлөмү жылдан-жылга көбөйүүдө.

Бул китеп дары-дармек өсүмдүктөрү боюнча маалымат берүүчү, жардамчы окуу куралы боло алат. Мында берилген негизги маалыматтарда өсүмдүктөрдүн морфологиясы, өскөн жери жана шарттары, химиялык составы, дарылык касиеттери жана колдонулуш ыкмасы берилген.

Китепте негизинен Кыргызстанда өскөн табигый дары-дармек, тамак-аш өсүмдүктөрүнүн 100дөн ашыгыраагына маалымат берилген.

Маалымдамада авторлордун илимий жыйынтыктарынын негизделген натыйжасынын көз караште жалпылап жана дары-дармек өсүмдүктөрүнүн нукура кыргыз элдик медицинасында пайдаланышы жөнүндөгү адабияттардан пайдаланылды.

Чөп менен дарылаган адамдарды алдын ала эскертип кетүү зарыл, анткени дайым эле чөп менен дарылануу пайдалуу боло бербейт. Чынында көптөгөн дары өсүмдүктөр жакшы таасир көрсөтөт, бирок кээде чексиз колдонгон учурларда алар катуу ууланып өлүмгө учуратышы мүмкүн.

Дары өсүмдүктөрдү дарыгердин көрсөтмөсү боюнча гана пайдалануу керек.

Биздин планетада жер катмары адамдардын тынымсыз чарбалык иш-аракетине байланыштуу улам азыктуулугу төмөндөп бара жатат. Көпчүлүк дары өсүмдүктөр өтө эле сейрек өсө баштады, кай бирлери болсо жоголуп кетүүнүн алдында турат, көбү жер бетинен таптакыр жоголуп кетти.

Өсүмдүктүн ар бир түрүнүн жоголушу өсүмдүктөр менен жаныбарлардын бирдигинин бузулушуна жана айлана чөйрөнүн табигый туруксуздугуна алып келет.

Өсүмдүктөр биосферанын булганышынан өзүлөрү зыян тартса да алар атмосфераны көп сандаган булганыч газдардан (газ, чаң, көө ж. б. зыяндуу заттардан) тазалап, табигый фильтирдин ролун аткарып турарын эстен чыгарбоо керек.

Өсүмдүктөр айлана чөйрөнү булгап, залал келтирүүчү жагымсыз таасирлерге каршы турууга өз-ара аракеттенишет, ошондуктан биз өсүмдүктөрдү сактоодо бардык мүмкүнчүлүктөрдү колдонуп, жоюлуп кетүү коркунучун болтурбоого тийишпиз.

Биздин улуттук сыймыгыбыз болгон өсүмдүктөр дүйнөсүнө этияттык менен мамиле кылууну дайыма эсте сактоо зарыл. Ошондуктан ушул маалымдаманын кыргызча которулуп биринчи басылышы окурмандын ден-соолугун чындоодо керектүү сунуштарды алышса жана кеткен кемчиликтер, кошумча сунуштар тууралу ой-пикирлерин билдиришсе авторлор жана басма кызматкерлери алкышын айтышмак.

ДАРЫ-ДАРМЕК ӨСҮМДҮКТӨРҮНҮН ХИМИЯЛЫК СОСТАВЫ

Жапайы өсүмдүктөрдүн дарылык касиети — өсүмдүктөрдүн жашоо тиричилик процессинде иштелип чыккан биологиялык активдүү заттардын болушуна жана алардын организмге тийгизген фармакологиялык таасирине жараша болот. Таасир этүүчү заттар же аларды адатта атап жүрүшкөндөй биологиялык активдүү заттар — бул органикалык кушулмалардын ар түрдүү классындагы белгилүү бир химиялык компоненттер. Алар өсүмдүктөрдүн бардык бөлүкчөлөрүндө же айрым бир органында — тамырында, уругунда, жалбырагында, жемишинде ж. б. болот. Баарыдан мурда пайдалуу заттар өсүмдүктүн белгилүү бир органдарында топтолушат. Мунун өзү аларды жыйнап алуунун, даярдоонун булагы болуп калат. Өсүмдүктүн химиялык составындагы таасир этүүчү заттардын саны жана өлчөмү өсүмдүк өскөн жерге, кыртышка, бийиктикте өсүшүнө, инсоляциянын деңгээлине, күндүн активдүүлүгүнө, жыйноонун мезгилине, кургатуунун, сактоонун ыкмасына жана көптөгөн башка факторлорго жараша болот. Бир эле өсүмдүктө ар кандай климаттык — географиялык зоналарда өскөнүнө жараша ар түрдүү химиялык кошулмалардын топтолушу мүмкүн. Өсүмдүктүн өсүү мезгилине жараша керектүү заттар топтолот.

Мына ушул факторлордун бардыгы өсүмдүк сырьесун сапаттуу жыйнап алуунун рационалдуу мөөнөтүн белгилейт.

Негизги же эң башкы химиялык кошулмалар алкалоиддер, гликозиддер, сапониндер, флавоноиддер, органикалык кислоталар, эфир майлары, коюу майлар, чайырлар, витаминдер, кумариндер, ашаткыч, былжырлуу, ачуу, пектин заттары, ферменттер, туздар микроэлементтер болуп саналат.

Алкалоиддер — шелочь реакциясындагы татаал химиялык түзүлүштөгү — азоттуу органикалык бирикмелер. Алар өсүмдүктүн ар кандай органдарынын клеткаларынын суюктугунда туз же көбүнчө жегичтик түрүндө болот. Алкалоиддер баарыдан мурда катуу (суюктук түрүндө эң эле сейрек учурайт), сууда начар, спиртте, органикалык эритмелерде жакшы эрүүчү, түссүз кристалл зат. Кислоталар менен кошулуп туздарды тез пайда кылат. Бир эле алкалоид ар башка урууга кирген ар түрдүү өсүмдүктөрдө жолугушу мүмкүн. Тескерисинче, бир түрдөгү өсүмдүктөрдө эле дарылык таасири ар башка жана ар кандай химиялык түзүлүштөгү алкалоиддердин саны көп болушу мүмкүн. Адатта алкалоиддердин саны өсүмдүктөрдө (3%) анча көп эмес гана топтолуу менен сейрек кездешет. Алкалоиддердин өсүмдүктөрдө болушу алардын өсүшүнүн географиялык зоналарына, жылдык мезгилине жана көптөгөн экологиялык факторлорго жараша бир кыйла аз же көп болуп турат.

Алкалоиддер фармакологиялык баалуу дары-дармек болуп саналат. Азыркы медицинанын бардык тармактарында колдонулат. Алкалоиддердин дарылык касиетинин таасирлеринин диапозону өтө чоң гипотензивдик, кардиотондук, борбордук нерв системаларын дүүлүктүрүүчү жана басандатуучу, спазмолиттик ж. б. Алкалоиддери бар көп сандаган өсүмдүктөр ар түрдүү дары-дармек препараттарын алуучу сырьё болуп саналат. Биздин өлкөбүздө 30 дан ашык алкалоиддердин жана алардын кошулмаларын иштеп чыгуу иши жолго коюлган, алардын ичинен 15и биринчи жолу алынды. Морфин, кодеин, платифиллин, галантамин, эфедрин, атропин, кофеин, секуринин, винкамин, сальсолин деген алкалоиддер врачтын практикалык арсеналында дайыма колдонуучу дары-дармек препараттары болуп саналат.

Гликозиддер — молекуласы (гликон) канттуу жана кантсыз (агликон, генин) бөлүгүнөн турган кычкылтек аркылуу бириккен азоту жок табигый татаал кошулма. Гликозиддер өтө сезгич келишет, өзүнүн эле ферменттеринин же кычкылтек ж. б. физикалык факторлордун таасири астында өзүн түзүп турган бөлүкчөлөргө женил эле бөлүнүп кетет. Бул жагдайды гликозиди бар сырьену жыйнаганда өтө эске алуу, аны даярдоонун, кургатуунун, сактоонун бардык эрежелерин өзгөчө кылдат жана этияттык менен сактоо

зарыл. Гликозиддер өсүмдүктөрдө кеңири тараган, бирок алардын бардыгы эле фармакологиялык активдүүлүккө ээ эмес. Медицинада колдонулуп жаткан гликозиддердин төмөндөгүдөй топтору өсүмдүктөрдөн табылган — булар жүрөк гликозиди, тритерпен жана стероид сапониндери, полифенол кошулмалары, антраглюкозиддер, ачуу заттар тобу.

Жүрөк гликозиддери негизги жүрөк-кан тамыр ооруларын дарылоодо табылгыс каражаттардан болуп саналат. Алар жүрөк булчуңдарына тез таасирин тийгизип, жүрөктүн иштешин жакшыртат. Составында жүрөк гликозиддери бар өсүмдүктөргө оймок чөп, адонис, ландыш, кендир, олеандр, строфанттар кирет. Негизи бул өсүмдүктөр уулуу келет; аларды белгилүү өлчөмдө пайдаланганда гана өзүнүн дарылык касиетин тийгизе алат.

Тритерпен жана стероид гликозиддери, же сапониндер делет — химиялык татаал түзүлүштөгү органикалык кошулмалардын чоң тобун түзөт. Аларда бир катар жалпы физикалык жана биологиялык касиет бар. Алсак сапониндердин суудагы эритмесин чайкаганда самындыкындай көбүк пайда болот, кандын составындагы эритроциддердин кабыкчаларынын жаралышына алып келет: кеңилжээрди, көздүн былжырлуу чел кабыкчасын дүлүктүрөт; ал эми бакалоору менен дем алуучулар үчүн уу болуп саналат. Сапониндер өсүмдүктөр дүйнөсүндө кеңири таркаган СССРдин флорасында гана 1000ден ашыгыраак өсүмдүк белгилүү, айрыкча лилиялар, чеге гүлдүүлөр, аралиевалар, чатырдуулар, татаал гүлдүүлөр ботаникалык тукумдары сапониндерге өтө бай. Республикабыздын флорасында сапониндүү өсүмдүктөр 25,1 процентти түзөт, сапониндерге бай өсүмдүктөрдүн урууларынын катарында биздин маалыматыбыз боюнча примула гүлдүүлөр, ворсянка өсүмдүктөрүнүн уруулары кирет. Синюха, диоскорея, аралия, патриния жана легендарлуу женьшень өсүмдүктөрү өзүлөрүнүн дарылык касиеттерин сапониндер менен аныктайт. Сапониндер ар түрдүү биологиялык активдүүлүккө ээ. Бул өсүмдүктөрдөн атеросклероз, нерв, гельминт жана башка ооруларды дарылоодо колдонулуучу дары-дармектер алынат. Сапониндери бар өсүмдүктөр жана алардан бөлүнүп алынган сапониндер тамак-аш өнөр жайында кондитердик азык-түлүктөрдү, халваны, шуулдак ичимдиктерди даярдоодо, жеңил өнөр жай-

ында жүндөрдү айрыкча жука кездемелерди агартууда, парфюмерия өнөр жайында шампундарды, түстүү металлургияда сейрек учуроочу кендерди тазалоодо (жалтыратууда) кеңири колдонулат (өрт өчүрүүчү көбүктүн составдык бөлүгү болуп саналат).

Полифенолдуу кошулмаларга флавоноид, кумарин фурокумарин, фенолкарбон кислотасы, антоциан, ашаткыч сыяктуу заттар киришет. Булар эң көп жана ар кандай өсүмдүктөрдүн составында учурап, физиологиялык активдүү касиетке ээ; молекуласына атыр жыттуу (бензол) шакекчеси бар, ар түрдүү функционалдык группалары менен полифенолдор жогорку түзүлүштөгү бардык өсүмдүктөрдөн табылган, айбандарда болсо азыраак кездешет. Алар организмдин көптөгөн биохимиялык процесстерине (өсүү, заттардын алмашуусу, сиңимдүүлүк жана башка функцияларга) катышат. Дарылык касиеттеринин спектри эң эле кең — Р витамини (флавоноид) сыяктуу капилярды бекемдөөчү; спазмалык жана кан тамырларды кеңейтүүчү (кумариндер, фурокумариндер); куудуратуучу жана суук тийгенге каршы (ашаткыч заттар); ич жумшартуучу (антрагликозиддер); радиопротекторлук жана коркунучтуу шишикке каршы (полифенолдор); аш казандын маңызын бөлүнүп чыгышын көбөйтүүчү заттар бар.

Эфир майлары — даамы ачуу, жагымдуу жыты бар ар түрдүү химиялык түзүлүштөгү учма органикалык заттар. Алар көбүнчө түссүз келет, кээде түстүү суюктукта, б. а. органикалык эритмеде тез эрисе сууда начар эрийт. Өсүмдүк сырьелорун сууда кайнатып суусун буулантуу жолу менен жеңил эле бөлүп алууга болот. Эфир майынын болушу менен өсүмдүк жыттанып турат. Эфир майлары өсүмдүктүн айрым бир жерлеринде, жер астындагы бөлүктөрүндө да, көбүнчө гүлдөрүндө, жалбырактарында, жемишинде жыйналат. Мисалы жалбыз менен кызыл карагайда бул эфир майларын топтогон бездер алардын өзгөчө канальцаларында топтолот. Өсүмдүктөрдө эфир майлары өтө ар кандай эң бир аз проценттен он процентке чейин гана болот.

Эфир майлары медицинада (анис, эвкалипт) көкүрөк жумшартуучу катары, (эрмен, скипидар, лавр) бактериоциддүүлүк, суук тийгенге каршы, (валериана, жалбыз, камфор) борбордук нерв системасын көшүтүүчү дарылар катары кеңири пайдаланылат.

Бирок, эфир майлары негизинен парфюмерияда түрдүү атырларды, бетмайларды, самындарды даярдоо үчүн, ошондой эле тамак-аш өнөр жайында (кориандр, укроп, корица, ажгон) ар түрдүү тамакка салынуучу даамдуу татыма катары пайдаланылууда.

Чайырлар ар кандай химиялык түзүлүштөгү органикалык суюк же катуу зат. Ал химиялык составы боюнча эфир майларына жакын. Ийне жалбырактуу жыгачтарда (карагай, кызыл карагай), кайындын бүчүрлөрүндө, чайырдын, ышкындын тамырларында чайырлар көп болот. Чайырлардын өзүнө мүнөздүү жыты, дезинфекциялоочу же кээде жаратты тез айыктыруучу касиети бар. Чайырлар медицинада таблеткаларды, пилюлдарды, пластырларды (клеол) даярдоодо алардын составдык бөлүгү жана эмульгатор катары пайдаланылат.

Былжырлуу заттар — түзүлүшү жагынан полисахариддерге жакын азотсуз зат. Алар өсүмдүктөрдө атайын былжырлуу клеткаларда же клеткалык кабыкчаларда болот. Былжырлар медицинада жумшартуучу дарылар катары (алтей, лен) пайдаланылат. Былжырлуу болуу менен таасирин узагыраак тийгизүү жөндөмдүүлүгүн күчөтөт.

Ферменттер адамдын жана жаныбарлардын организминин зат алмашуусунда зор роль ойноочу, жаратылышы жагынан белоктук, органикалык зат, татаал биохимиялык реакцияларга катышып, катализатордун ролун аткарат.

Органикалык кислоталар өсүмдүктөрдүн ар кандай органдарына кычкыл даам берип турат жана өсүмдүктөр дүйнөсүнүн көп түрлөрүндө бар. Айрыкча алма, лимон, щавель, кумурска, янтарь, вино-таштуу кислоталар өтө көп тараган. Органикалык кислоталар тамакты нормалдуу сиңирүүгө жана ичегилердин иштешин жакшыртууга түрткү берет.

Витаминдер — химиялык түзүлүшү жагынан татаал жана физиологиялык ролу боюнча өтө маанилүү заттар, ферменттик системалардын түзүлүшү үчүн зарыл заттар, өсүмдүктөрдүн жана жаныбарлардын тирүү организминин жашоо тиричилигиндеги маанилүү биохимиялык кубулуштарды камсыз кылат.

Витаминдерсиз клеткаларда заттардын эч кандай алмашуусу болбойт, кайрадан ал иштелип чыкпайт, белокторду, көмүртектерди, майларды өздөштүрүү жана сиңирүү мүмкүн эмес.

Жаныбарлардын организмине караганда өсүмдүктөр витаминдерди бир кыйла көп иштеп чыгарат. Андан башка да өсүмдүктөр чөп жечү жаныбарлардын организминде А витаминине айлануучу (каротин) затты берет. Витаминдерге бай өсүмдүктөр баалу дарылык каражат болуп саналат, айрыкча көп ооруларды алдын алууда алардын мааниси зор. Республиканын флорасында витаминдерге бай өсүмдүктөрдүн бүтүндөй бир тобу — ит мурун, чычырканак, карагат, капуста, чалкан, петрушка жана башка көптөгөн өсүмдүктөр. Витаминдер — тамак-ашка өтө керектүү зарыл компонент. Алардын жетишсиз болушу цинга, шал, итий, анемия, пеллагра сыяктуу катуу оорулардын өөрчүшүнө алып келет.

Микроэлементтер. Дары-дармек өсүмдүктөрү организмдин нормалдуу жашашы үчүн зарыл болгон бир катар микроэлементтерди табигый түрдө жабдып туруучулардан болуп саналат. Алар өсүмдүктөрдүн — ширесинде эриген түрүндө болот. Алоэде, каз тандай чөптө, гречихада, ит мурунда, теңге гүл, ит уйгакта микроэлементтер көп. Тигил же бул элементти өзүнө сиңирип концентрациясын көбөйтүп турууга жөндөмдүү өсүмдүктөр да бар. Бул болсо аларды геологияда индикаторлор катары колдонууга мүмкүндүк берет. Медицинада кан ооруларына — темир, кобальт, жүрөк — кан тамыр ооруларына хром, калий, калкан бездеринин иштөө функциясы бузулганда — йод ж. б. өсүмдүктөр пайдаланылат.

Дарылык касиети бар заттарга коюу майлар, камеддер, пектиндер, экдизондор, крахмалдар, боёктуу заттар кирет. Акыркы жылдарда жаңы физиологиялык активдүү заттуу өсүмдүктөр арбын табылууда.

Ошентип, өсүмдүктөр дарылык касиети бар негизги заттардын бай жана ар кандай жыйындысын камтыйт. Өсүмдүктөрдүн жана өсүмдүк препараттарынын терапевтикалык натыйжалуулугу көбүнчө алардагы таасир этүүчү заттардын, ошондой эле таасир этүүгө көмөк берүүчү заттардын болушуна жараша болот. Анткени ар бир жалгыз зат кээ бир учурларда эч кандай активдүүлүккө ээ боло албай калышы мүмкүн.

Адатта, дары-дармек өсүмдүктөрү өсүмдүктөрдөгү заттардын комплексин камтыган ар кандай дары-дармектердин формалары же препараттары түрүндө колдонулат.

Практикада суудагы демдемеси (настой) кайнатмалар (отвар), спирттеги ачытмасы (настойка), экстракттар, порошоктор, чайлар же ар кошкондор (сборы), майлар, жаңы ширелер, аромат ванналары, пластырлар, упа-сепмелер кеңири пайдаланылат. Дары-дармектин жогоркудай формалары «галендик» препараттары деп, эң байыркыдан бери пайдаланып келген, булар Рим врачы Галендин ысмы боюнча аталган. Бул айтылган препараттардан башка, өсүмдүктөрдөн өз алдынча дарылык касиети бар химиялык кошулмалар — алкалоиддер, гликозиддер, флавоноиддер бөлүнүп алынат.

Өсүмдүктөрдүн шириндисин даярдоо. Дары-дармек өсүмдүктөрүн медицинада нукура түрүндө колдонуу эң эле сейрек кездешет. Алардан атайын дарылык препараттары даярдалат. Алсак, өсүмдүктөрдүн составындагы дарылык касиети бар заттарды суу менен тартып алып суудагы (демдемесин, кайнатмасын) даярдоо ыкмасы ж. б. Бул ыкма менен алынган дарылык формалар (демдемелер, кайнатмалар) шириндилер деп аталат. Өсүмдүктөрдүн сырьёсу ушундай дарылык формада эң кеңири колдонулат.

Суудагы демдемеси жалбырагынан, гүлдөрүнөн, чөптөрүнөн, кайнатмасы — тамырынан, тамырсабагынан, уругунан жана мөмөсүнөн даярдалат. Суу шириндисин даярдоо үчүн жалбырактарын, гүлдөрүн 5 мм ден чоң эмес бөлүктөргө чейин, сабагын, тамырын тамырсабагын жана алардын кабыгын 3 мм ден ашык эмес, мөмөсүн жана уругун 0,5 мм ден чоң эмес бөлүктөргө чейин талкалап майдалайт. Талкаланган сырьёну эмалданган же фарфор идиштерине салып, кайнак сууну ченем менен куюп, капкагын жаап, кайнап турган суунун үстүнө идиши менен коюп коюшат. Даярдоо үчүн демдемени 15 минут, кайнатманы 30 минут ысытат, бирок тез-тез чайкап аралаштырып туруу керек. Ысытуунун белгилүү убакыты бүткөндөн кийин, үйдүн температурасында муздатып, чыпкалап, сырьёнун калдыгын катуу сыгып, даяр шириндиге кайнак суу кошуп керектүү көлөмгө жеткирет. Көбүнчө, өсүмдүктөрдөн сырьёсунан (демдемесин, кайнатмасын) даярдаганда 1:10 жана 1:20 катышында алынат, башкача айтканда бир бөлүк сырьёдон 10 же 20 бөлүк ширинди даярдалат. Бирок үй шартында шириндилерди кайнатпай эле даярдоого да болот. Ал үчүн өсүмдүктүн талкаланган сырьё-

сун кайнак сууга аралаштырып, капкагын тыкыс жаап, үстүнөн дагы калың ткань менен ороп 4—6 саат демдеп, чыпкалагандан кийин пайдаланса болот.

Даяр болгон суу шириндилери жайкы күндөрдө, жылуу үйлөрдө тез бузулуп кетүүсү мүмкүн, ошондуктан күнүгө даярдап ичүү керек. Бирок күнүгө даярдоого мүмкүнчүлүк болбосо, даярдап алып караңгы жана муздак жерде сактоо керек же муздаткычта 2 күн кармаса болот.

Өсүмдүктөрдөн алынган жаңы ширенин да дарылык касиети бар, ал ички жана сырткы дарттарды дарылоодо кеңири колдонулат.

СЫРЬЁЛОРДУ ЖЫЙНОО, КУРГАТУУ ЖАНА САКТОО

Жогоруда көрсөтүлгөндөй таасир этүүчү заттар деп аталган химиялык кошулмалар өсүмдүктөрдө бир жылдын ичинде, а түгүл бир суткада да бир калыпта топтолбойт.

Өсүмдүктөрдө жылдын ар кандай мезгилдеринде химиялык компоненттердин ар кандай санда болушу ыктымал, кээде алар болбой калышы да мүмкүн. Ошондуктан, сырьёлорду бул заттардан толук топтолгон мезгилинде жана өсүмдүктүн ошол заттарды топтогон гана бөлүктөрүн жыйнап, даярдап алуу керек.

Өсүмдүктүн жердин үстүндөгү бөлүктөрүндө (жалбырактар, гүл сабактар) гүл ача баштаганда жана мөмө жемишин бере баштаганга чейинки мезгилде биологиялык активдүү заттар өтө көп чогулат. Эрте жазда өсө баштаганга чейин же жер бетиндеги бөлүктөрү солугандан кийин тамырында жана тамырсабагында дары заттардын саны бир кыйла көп болот. Ал эми мөмөлөрүндө жана уруктарында болсо алар толук бышып жетилгенде көбөйөт.

Биз бул бөлүктө дары-дармек өсүмдүктөрүнүн ар кандай органдарын кандайча жыйноо, кургатуу жана сактоо боюнча жалпы маалыматтарды келтирдик.

Чөптү (өсүмдүктүн үстүнкү бөлүгү) аба ырайынын ачык кургак учурунда, шүүдүрүм кургагандан кийин гүлдөгөн мезгилинде теришет. Өсүмдүктөрдү орок, бычак, кайчы менен кесип же чалгы менен чаап алат. Өсүмдүктү жерден тамыры менен жулуп алууга болбойт, аны төмөнкү жалбырагынын тушунан

же түбүнөн кесип алуу керек. Өсүмдүктүн гүлдөп турган учтарын көбүнчө кол менен үзүп же 40—50 см узундуктан ашык эмес кылып кесип алышат. Жоон сабактуу өсүмдүктөрдүн дарылык касиети бар жалбырактарын үзүп алгандан кийин аларды пайдаланат да, сабактары ташталат. Жыйналган чөптөрдү кургатышат, бутактары менен кошо өзүнчө ныктабастан жыйып же корзинкага салып коёт.

Жалбырактарды кол менен үзүп алган жакшы. Өсүп жетилген, урунду болбогон, илдетке чалдыкпаган жашыл жалбырактар гана жыйналууга тийиш. Өсүмдүктөр богок байлаган жана гүлдөгөн учурда жалбырактары жыйналат. Курт-кумурскалар жеген жалбырактарды жыйноого болбойт. Кээде өсүмдүктү жердин үстүңкү катмары менен кошо чаап жыйноо керек. Кабыктарды даярдоо үчүн бычак менен эски өскөн бутактарды, эңилчектерди кесип тазалап, аларды алгач бир нече жолу узатасынан, андан кийин туурасынан кесилет. Кийин аны кобулчасынан оңой эле сыйрып алышат. Чогултулган кабык түрмөктөрдү биринин үстүнө бирин коюу сунуш кылынбайт.

Кургатуу. Туура жыйнап алган сыяктуу эле кургатуу ишти да жоопкерчиликти талап кылат. Анткени өсүмдүк сырьёсунун баалуулугу жана сапаттуулугу ушуга байланыштуу болот. Дары-дармек өсүмдүктөрүнүн дээрлик бардыгы кургатылышы керек, анткени өсүмдүктөрдүн ичиндеги бардык химиялык жана биохимиялык реакциялардын, көгөртүп жиберүүчү ар түрдүү грибоктордун жана бактериялардын өөрчүп кетишин ушундайча сактап калууга болот. Жыйналган сырьёну ошол замат 1—2 сааттан кечиктирбестен кургатылат, антпесе сырьё бүксүп кетет да, каралжын тартып бузула баштайт. Сырьёну кургатуудан мурун алдын ала сорттолот. Аны кездемеге, полго же брезентке жука кылып жайып, карап көрүп топурактарды, таштарды, өсүмдүктүн жабырланган, карарган жерлерин же жыйнап жатканда кокусунан кошулуп кеткен тиешеси жок нерселерден тазаланат. Кургатууга ыңгайлуу болуш үчүн чоң тамырларын, тамырсабактарын, жоон кабыктарды жара чаап, майдалап бөлүү сунуш кылынат. Кургатуу ыкмасы сырьёнун түрүнө, өсүмдүктүн табигый негизги таасир этүүчү химиялык дары заттарына байланыштуу болот.

Чөптөрдү, жалбырактарды жана гүлдөрдү күндүн

нуру тике тийбес үчүн, аларды таза абада, көлөкөдө (желдеп туруучу жайларда, үйдүн чатырларында, бастырмалардын астында) кургатат. Күндүн тике тийген нурунун таасиринен улам сырьё өзүнүн табигый өңү-түсүн жана заттык сапатын (гликозиддер, эфир майлары, витаминдер) жоготуп коюшу мүмкүн. Текчелерге, стелаждарга, катмары менен бирге кесип же чаап, кургагандан кийин жалбырактарын үзүп же ушалап алуу сунуш кылынат.

Гүлдөрдү өсүмдүктөр жаңы гүл ача баштаганда, керектүү заттар мол кезинде, гүлдөрүнүн өңү ачык, анча күбүлбөй турган мезгилинде жыйналат. Гүлдөрдү сөзсүз жаан-чачынсыз ачык күндөрдө гүл сабагы менен бирге же гүлдүн таажысын өзүнчө үзүп жыйнайт. Өсүмдүктөр өтө жаш болгон учурда атайын ылайыкталган калактарды колдонсо болот.

Мөмөлөрү жана уруктары бышып жетилгенине жараша кол менен үзүлүп, сабагынан ажыратылып жыйналат. Терилген мөмөлөрдү чүпүрөк менен капталган себетчелерге салышат, ал эми ширелүү мөмөлөр эзилип кетпеси үчүн ар бир кабатынын арасына чөп же бутактар коюлат.

Тамырлары жана тамырсабактары эрте жазда же кеч күздө, салмагы чоңоюп, дары заттары өтө көбөйгөн кезде казылат. Аларды бакча күрөктөрү, чукугучтар, кичинекей кетмендер менен казып алуу керек. Өсүмдүктүн кайра өсүшү жана табигый запастарын сактап калуу үчүн, жер алдындагы органдарын уруктары бүт күбүлүп түшкөндөн кийин гана жыйнап алуу жана кайра өнүп чыгышы үчүн жер астындагы бүчүрлөрүн тамыры менен калтырып коюу сунуш кылынат. Казылып алынган тамырларын топурактардан тазалап, кээде жабырланган же чириген жерлерин (бирок тезинен эле) тазалап жууйт. Аларды жууш үчүн дайыма муздак сууну колдонулат.

Бүчүрлөрүн эрте жазда, көөп чыкканда, бирок ачыла элек кезинде жыйнайт. Чоң бүчүрлөрүн бычак менен кесүүгө болот, майдаларын бутагы менен кесип кургагандан кийин ушалап алган жакшы.

Жыгачтардын, бадалдардын кабыктары ширеси көп мезгилде, жалбырактар пайда болгонго чейин эрте жазда жыйналат, анткени калбырларга, кагаздын, таардын бетине жана таза полго жука кылып жайып коёт. Чөптү анча чоң эмес тутам-тутам кылып байлап желдетип кургатат. Кургатуу учурунда мез-

гил-мезгили менен бир күндө 2—3 жолудан кем эмес аралаштырып же оодаруу керек. Адатта, сырьёну 3—7 күндө кургатып бүтүшөт. Жакшы кургатылган сырьё өзүнүн өңү-түсүн сактап калат; алаканда жалбырактары оңой ушаланат, жалбырак тамырчалары жана сабактары оңой үбөлөнөт, гүлдөрү кургак болуп колго кармаганда упаланып турат.

Алдын ала майдаланган тамырларды жана тамырсабактарды күндүн нуруна же температурасы 40—60° ашпаган орус мештерин жагуу менен кургатса болот. Тамырдын жана тамырсабактарынын бөлүкчөлөрү биротоло кургаганда ийилбей, тырс сынат. Алар бир нече күн кургатылат, ным болуп калбоо үчүн (шүүдүрүм, жамгыр) түнкүсүн аларды жаап коюу керек. Кургатуу процесинде дайыма күнүнө бир нече жолу күрөк, тырмооч менен аралаштырып, оодарылып туруу керек.

Мөмө-жемиштерин алдын ала күн нуруна кактап же бир аз солутуп кургаткандан кийин, 80° ашык эмес температурадагы атайын жылуу кургатуучу жайларда, мештердин духовкаларында кургатылат. Мөмөлөрү майдаланып жана күйүп кетпөө керек. Жакшы кургатылган мөмөлөрдү кыса кармаганда тоголоктошпойт.

Кургатылган өсүмдүк сырьёсун кургак жана таза, жакшы желдей турган жайларда кагаз же кездемеден жасалган баштыктарда, ящиктерде, кутуларда, корзинкаларда, айнек банкаларында сакталат. Эфир майлары (жыттуу) жана уулуу заттары бар сырьёлор өзүнчө коюлат. Бул сырьёлор 1,5—2 жылга чейин, кандай түрдө жыйналса, так ошондой сактоо сунуш кылынат. Сактаган учурда сырьёго күн нуру тийбегендей ным жана курт-кумурскалар залал келтирбегендей абалын текшерип туруу зарыл. Сырьёну өтө эле узакка сактоо сунуш кылынбайт; анткени, ал убакыт өткөн сайын өзүнүн дарылык касиетин жогото баштайт.

ДАРЫ-ДАРМЕК ӨСҮМДҮКТӨРҮ

Алтын гүлдүү адонис — адонис золотистый
Adonis chrysocyafha
Байчечекейлер тукуму — Ranunculaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү.

Узун тамырсабагы бар, бийиктиги 12—40 см келген көп жылдык чөп өсүмдүк. Сабагы өнүп чыккан жерден орун алган (узун саптуу) жалбырактары бар. Жалбырак пластинкасы канаттай 2—3 эсе ирет тилинген. Гүлдөрү жалкы, жалтырак сары. Сары алтын түстүү гүлдөрү сабактарынын, бутактарынын учтарында кыска гүл жайгашкычтарда жайгашкан. Мөмөлүү башы шар түрүндө, мөмөсү жыланач июнь-июль айларында гүлдөйт, август айында мөмө берет.

Ак карлуу тоолорго жакын бийик тоо алкагында, ичкиʼ Тянь-Шань тоолорунун топурагы аз жерлеринде, Ысык-Көл өрөөнүндө, Кыргыз Ала-Тоо, Алай тоо кыркаларында өсөт. Бул өсүмдүктүн чөбүн жазгы адонис деген дары чөптүн ордуна пайдаланса болот.

Д а я р д о о. Алтын гүлдүү адонис чөбүн гүлдөгөндөн баштап мөмө бергенге чейинки мезгилинде жыйнайт. Жер үстүндөгү бөлүгүн түп жалбырактарынын өйдөрөөк жагынан орок менен оруп же бакча бычактары менен кесип алынат. Табигый өсүмдүктүн тамыр калдыктарын сактап калуу үчүн аны жыйнаган учурда түбү менен жулуп алууга болбойт. Алтын гүлдүү адонис көлөкө жердеги абада же 30—40° дагы температурадагы кургатуучу жайларда тезинен кургатылат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Алтын гүлдүү адонис өсүмдүгүнүн чөбүндө жүрөк гликозиди К — строфантин — В, цимарин, адонивернитин, ошондой эле кумариндер, флавоноиддер, стероиддүү сапониндер жана адонит-спирттери бар.

К о л д о н у у. Алтын гүлдүү адонис мүмкүн болушунча К — строфантин — R дары затын алуу үчүн сырьё катары сунуш кылынат, ал импорттук препараттарды толук алмаштыра алат. Строфантин медицина практикасында жүрөк катуу ооруганда анын өнөкөт ооруларына да кеңири колдонулат.

Түркестан адониси — адонис туркестанский
Adonis turkestanica
Байчечекейлер тукуму — Ranunculaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Туркестан адониси каралжын — күрөң түстөгү тамырсабактуу, шагы жок, бийиктиги 10—12 см келген көп жылдык көп өсүмдүк. Туркестан адонистинин сабактары түктүү, түбү күрөң түрп менен курчалган.

Анын жалбырактары ичке ланцеттей бөлүкчөлөргө бөлүнгөн учтары шуштугуй келет.

Гүлдөрү жалкы, өтө саргыч. Аталыгы жана энелиги өтө көп. Мөмөсү шар сымал келип көп жаңгакчалардан турат. Май-июнь айларында гүлдөйт, июнь-июлда мөмө берет.

Туркестан адониси бийик тоолордун майда топурактуу жерлеринде, кар жаткан тилкелерде, аскалардын этектеринде — Суусамыр тоо кыркасында, Ош обулусунун Ноокат районунда (Жумбак-Баш өзөнүндө), Алай тоо кыркаларынын боорлорунда кездешет.

Ысык-Көл өрөөнүнүн тоолуу жайыктарында Туркестан адонисинин башка түрү — Тянь-Шань адониси да кездешет, жалбырактарынын учу шуштугуй ланцет сымал, гүлүнүн өңүнүн бозомтук-саргыч болушу менен айырмаланат жана сабактары да көбүрөөк шадычага бөлүнгөн.

Ички Тянь-Шанда, Keминде жана Кыргыз кырка тоолорунун ак карлуу чокуларга жакын майда топурактуу жерлеринде адонистин дагы бир түрү алтын адониси өсөт. Бул эки түрү тең жазгы адонис сырьёсунун (ал бизде өспөйт) ордуна атайын дарылык каражат катары сунуш кылынат. Уулуу өсүмдүк.

Д а я р д о о. Адонис чөптөрүн жыйноо гүлдөгөн мезгилден мөмөлөрү күбүлө баштаганга чейин жүргүзүлөт. Аларды түпкү жалбырактарынан бир аз өйдөрөөк жеринен кесип жыйнайт. Жыйнагандан кийин от чөбүндөгү гликозиддер бузулуп кетпес үчүн аны токтоосуз тезинен кургатат. Чөптү жел жакшы жүрүп турган тунуке чатырдын астына же көлөкө жерге жука кылып жайып коёт. Жука жайып кургаткычтарда да кургатса болот, бул учурда температураны 30—40° тегерегинде жөнгө салып туруу зарыл. Төмөнкү температурада жай кургатуу гликозиддердин бузулуп кетишине алып келет.

Тамырындагы бүчүрдөн жогорураак кесилип даяр болгон сырьё-сабагы жалбырактуу, гүлдөрү бар же гүлү жок, кээде бүчүрлөрү жана мөмөлөрү бар түрүндө болот. Сабактарынын жана жалбырактарынын өңү жашыл, гүлүнүкү ачык сары болот, бирок кургаганда алардын өңү өчүп бозомук тартып жыты да азайын калат.

Адонис чөбүн таасири күчтүү сырьёлорду сактоонун эрежелерин тутуу менен тангакчаларда, баштыктарда, караңгы, кургак жайларда сакташат.

Химиялык составы. Туркестан адонис чөбүндө жүрөк гликозиддери— жогорку биологиялык активдүүлүккө ээ болгон карденолиддер бар. Бул өсүмдүктүн бардык органдарынан (К — строфантин — β, строфантиндин, конваллотоксин, цимарин, адонитоксин) гликозиддери, флавонониддер, сапониндер, каротиндер, С витамини, кумариндер да табылган.

Колдонулушу. Адонис препараттары жүрөк ооруларын дарылоочу маанилүү каражат болуп саналат, ал препараттар өнөкөт жүрөк ооруларын, жүрөктүн невроз жана башка ооруларын дарылоодо кеңири колдонулат. Борбордук нерв системасын тынчтандыруучу жана зааранын чыгышын күчөтүүчү таасирге ээ.

Гален препараттары адонизид, кордиозид, суудагы демдемеси, адониз таблеткасы же кургак экстарктар түрүндө ооруларга дайындалат. Чөптөрү астмага каршы колдонуучу микстуралардын, кардиовалендин составына да кирет.

Уу коргошун (Ысык-Көл тамыры) — аконит джунгарский
Aconitum songoricum
Байчечекейлер тукуму — Ranunculaceae
Дарылык сырьёсу — жемиш тамыры.

Уу коргошун бийиктиги 70—130 см келген көп жылдык чөп өсүмдүгү.

Тамырсабагы узундугу 2—2,5 см жана калыңдыгы 0,7—1 см келген тизмектешкен конус сымал ири тамырчалардан турат. Сабагы түз, түктүү же түгү жок болот. Өсүмдүк гүлдөгөн мезгилде тамырсабагынын жалбырактары куурап калышат. Эң жогорку жалбырактарынан башкасы сабактуу. Жалбырактын пластинкасы жалпысынан алганда жүрөк сымал — тоголок, түбүнө чейин шынаа сыяктуу 5 бөлүкчөгө бөлүп турат. Жалбырактары жыланач, катуу болот, өңү каракочкул сырткы бети, ички бетине караганда агышыраак. Топ чачы гүлү зигоморфтуу чөйчөктөй таажысында баш желекчеси бар кызгылт көгүш түстөгү чоң жалбыракчадан турат. Мөмөсү жалгыздап, үч жалбыракчадан болгону сейрек. Июнь-июль айларында гүл ачат, июль-август айларында мөмө берет.

Бул өсүмдүк ар түрдүү чөптөр өскөн чабынды зо-

наларында, суунун жээгинде, Ысык-Көл өрөөнүндө (негизинен анын чыгыш бөлүгүндө), ички Тянь-Шань тоо кыркаларында жана Кыргыз Ала-Тоосунун түндүк жантаймаларында өсөт. Бул өсүмдүктүн жаратылышта өскөн запасы жергиликтүү дарыкана тармактарынын керектөөлөрүн камсыз кыла алат.

Д а я р д о о. Тамырларын күзүндө казып алышат; майда ичке, каптал тамырлары пайдаланылбайт 30—40° температурада кургатылат.

Даяр сырьёсу чогуу жалгашып өскөн (2—15) же жалкы өскөн, узун конус сымал тамырлары көпшөк жемиш тамырлардан турат. Сырт жагы узатасынан кетип, өтө эле тилке-тилке болот, калындыгы 1 см жакын. Сырткы өңү кара күрөң, дээрлик кара, ичи бозомтук ак, сынган жери тегиз болот. Жыты жок. Даамы ачуулугунан жагымсыз. Нымдуулугу 13%тен ашпайт.

Х и м и я л ы к   с о с т а в ы. Бул өсүмдүк өтө эле уулуу болушунун себеби, өсүмдүктүн составындагы аконитин, зонгорин тибиндеги алкалоиддердин болушу менен шартталган. Жемиш тамырындагы алкалоиддердин катышы 0,18% тен 2% тин тегерегинде, 0,003—0,004 г санындагы эле аконит адамга зыяндуу.

Өсүмдүк тутуму менен уулуу болгондуктан айрыкча тамыр жемиштери, өсүшүнүн бардык фазаларында жашыл же кургатылган абалында да уулу болот. Бул өсүмдүк өзү өтө эле уулуу болгондуктан жылкы, ири мүйүздүү мал оттогондо өлүмгө учураган учурлар болот. Малдын эти ууланып калат. Уулуу заттар тери, былжырлуу кабыкчалар аркылуу да оңой эле өтүп ууланууга алып келет.

К о л д о н у у. Уу коргошун алкалоиддери борбордук нерв системасына таасир этет жана өтө эле уулуу болушу аны колдонууну чектейт.

Жемиш тамырларынын спирттеги ачытмасы, радикулитке, невралгияларга, кызыл жүгүрүккө сыртынан сыйпаганда ооруну басылтуучу дары катары колдонулат.

Самарканд өчпөс гүлү, бозынач — бессмертник (цмин) самаркандский

Helichrysum maracandicum

Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae

Дарылык сырьёсу — гүлү.

Бийиктиги 30—40 см келген кийиз түктүү көп жылдык чөп өсүмдүк. Тамыры жыгачтай катуу бу-

тактуу. Түбүндө куурап калган жалбырактары бар, көп бутактуу 1ден 10го чейин ал эми гүл сабактары бутаксыз болушат. Жалбырактары жөнөкөй, кезектешип чыгат, алар гүл сабын карай жумуртка сымал кууш болуп кетет. Гүлдөрү топ гүлгө жыйналышкан, гүл чанактары дээрлик шар сымал же коңгуроо формасында болот. Гүл себетчелери 20—80 баш гүлдөн турган татаал же калкан сыяктуу топ гүлдү түзөт. Сыртындагы жалбырактары бир нече катар болуп, бири-бирине тыгыз орношкон лимондой сары, жука жалбырак капталып турат. Себетчилеринде 50—80 жакын гүл бар. Гүлдүн чөйчөкчөсүнүн ордуна өтө эле ичке түкчөлөрдөн турган 20—25 үрпөкчөлөр өнүккөн. Июнда гүлдөйт, сентябрь-октябрь айларында мөмө берет.

Бозынач талаа (ар түрдүү бетегелүү, типчак, эрмендүү-дан фитоценоздор) өсүмдүктөрүнүн тибине кирет, бадал өсүмдүктөрүнүн арасында, адатта бүт республиканын таштак жерлеринде, кум-шагылдуу боз чаптарда жана аз топурактуу тоо жантаймаларда өсөт. Бул өсүмдүктү республиканын түштүк райондорунан Чаткал, Алай, Туркестан аймактарынан жана Фергана тоо кырларынан жыйноо сунуш кылынат.

Самарканд өчпөс гүлүн сырьёлукка жыйнаганда, гүлү жаңыдан ачыла баштаганда гүл себетчелеринин түбүнөн 1 см ашык эмес сабак калтырып, кол менен үзүп же кайчы менен кыркып алса болот. Чогултулган сырьёну салкын, караңгы имараттарда кургатышат.

Химиялык составы. Бозыначтын составында флавоноиддер, эфир майлары, кумариндер, жогорку молекулалуу спирттер, стероиддүү кошулмалар, чайырлар, минералдуу туздар, ошондой эле микроэлементтер бар.

Колдонуу. Бозынач медицинада өт айдоочу, суук тийгенге каршы жана заара чыгаруучу дары чай чөп катары, суудагы демдемеси, суюк экстракт, кургак концентрат, фламин таблеткасы түрүндө колдонулат.

Демдөө ыкмасы. Өчпөс гүлдүн суудагы демдемесин даярдоо үчүн, бир кашык майдаланган гүлүн алып, 1,5 стакан кайнак сууга 20—30 минуттай термосто демдеп, чыпка менен сүзүп, үч маал тамак ичерден 30 минут мурун жарым стакандан ичсе болот.

Алтай долоносу — боярышник алтайский
Crataegus altaica
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — гүлү, мөмөсү

Алтай долоносу тикенеги жок, жылаңач, бийиктиги 4 м чейинки жыгач өсүмдүк, өңү күрөң-кызыл бир жылдык жаш бутакчалары бар. Жалбырактарынын жээктеринин учтары арсак-терсек ири тишчелердей болуп тилинген. Жан жалбырактары чоң, жүрөк сымал же орок формасында, учунда ири бездери бар. Жылмакай гүл сабактарында 10 дон 30 га чейин ак гүлдөрү бар, калкан же чатыр сымал топ гүлдөрү да болот. Мөмөсү шар сымал, кызгылт сары же күрөн. Декоративдик бадал өсүмдүктөрү катарында көп пайдаланат. Май-июнь айларында гүлдөйт, август-сентябрда мөмөсү бышат.

Долонолор токой четтеринде, шалбааларда, парк көчөттөрүнүн араларында өсөт. Туркестан, Алай тоо кыркаларынын боорлорунда, Ысык-Көл, Кемин, Талас өрөөндөрүндө кеңири тараган, ал жерлерден анын 300—500 кг чейин мөмөсүн даярдоого болот.

Даярдоо. Долононун гүлдөрүн богок байлоо мезгилинде, жазында жаңыдан ачыла баштаганда (апрель-май) айында жыйнай башташат. Ачыла элек топ гүлдөрдү жыйноого болбойт — алар өтө жай кургайт, күрөң тартып сырьёнун бузулуп кетишине алып келет. Топ гүлдөрдү кыска (1 см) сабы менен бирге үзүп кургатуу үчүн дароо жылуу, желдетип турууучу имараттарга жука кылып жыйып коёт. Үйдүн чатырларына кургатса да болот, бирок түнкү салкында сырьёну жаап коюу керек, анткени ал өтө гигроскоптуу (ным тарткыч) келет. Топ гүлдөр жакшы кургатылгандан кийин фанерадан жасалган кургак ящиктерге дароо салынып коюлат.

Долононун ашын күзүндө (сентябрда — октябрда) жакшы бышып жетилгенде жыйнашат, мөмө калканчаларын (бардык мөмөлөрүн) үзүп алышат, андан кийин мөмө сабактарын, чөйчөкчөлөрүнүн калдыктары, бузулган же жабырланган мөмөлөрдөн тазаланат. Долононун мөмөсүн жылуу жайларда же температурасы 40—50° болгон кургаткычтарда же күнгө жайып кургатса да болот.

Сырьё — гүлдөрү айрым же гүл сабактардан турган топ гүлгө жыйналган же гүл богокчолордон жана

топ гүл калдыктарынан турат. Гүлдөрү өзү чөйчөкчө гүл жайгашкычтан беш желекчеден турат. Жыты жагымсыз.

Даяр сырьесу — мөмөсү сырты тор сыяктуу бырыштары бар, бир аз жалпагай, тоголок келген сүйрү мөмөлөрдөн турат. Мөмөнүн ичинде 2 ден 4кө чейин данектери болот. Мөмөнүн өңү күрөң-кызыл, кээде кызыл-сары болот. Мөмөлөрү күрөң-кызыл (дээрлик каралжын) же күрөң кызыл сары түстү сактап калышы керек. Таттуу оозду кыйгылдандыруучу даамы, начар өзгөчө жыты болот. Личинкалар менен сырьё бузулуп кетпеси үчүн көбүнчө ичинде хлоформ менен нымдалган кебездери бар банкаларды кошо салып коюшуп, пергамент төшөлгөн ящиктерге сакташат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Долононун таасир этүүчү заттары флавоноиддер, сапониндер, органикалык кислоталар, канттар, ашаткыч жана пигменттүү заттар болуп саналат.

К о л д о н у у. Долононун мөмөсүнөн жана гүлүнөн жасалган препараттар жүрөк жана мээ кан тамырларынын айланышын жакшыртуучу каражат катары, ошондой эле көшүтүүчү дары катары суюк экстракттар, суулу-спирттеги ачытмасы, суудагы демдемеси түрүндө пайдаланылат. Долонодон жасалган препараттар көбүнчө — атеросклероз, гипертония, стенокардия ж. б. жүрөк кан тамыр системасынын ооруларына пайдаланууда терапевттик мыкты натыйжасын көрсөттү. Жүрөк ооруларына колдонулуучу башка каражаттар менен бирге долоно экстракты кардиовалендин составына да кирет.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Алтай долоносунун майдаланган гүлүнөн, бир кашык алып, стакан кайнак сууга 20 минуттай демдеп, чыпка менен сүзүп, үчкө бөлүп, үч маал тамак ичерден 30 минут мурун ичсе болот. Мөмөсүн болсо (майдаланган) 2 кашык алып, жогорудагыдай эле даярдаса болот.

Жалбырактуу бетоника — буквица олиственная
Betonica foliosa
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Жалбырактуу бетоника бийиктиги 60—100 см келген көп жылдык чөп өсүмдүгү. Сабактары бир нече-

ден турат, түптүз, төрт кырдуу. Жалбырактары шуштугуй, жумуртка сымал сүйрү, баш жагы ланцет сымал учтуу, жээги майда тишчелүү бири-бирине тушташ өсүшөт. Гүлдөрүнүн өңү кызыл, кызгылт көгүш, сабагынын учунда машак сыяктуу гүл бутакчада 10—12 ден топ гүлдөрү бар. Гүлдөрү эки эриндүү. Мөмөсү үч кырлуу келип, күрөң жаңгакчалардан турат. Ал июль-август айларында гүлдөйт, түшүмүн август-сентябрда берет.

Жалбырактуу бетоника Кыргызстандын бардык жерлеринде кеңири тараган, токой алкактарында, тоолуу жайыттарда жана токой арасындагы ачык аянттарда, тоо этектеринде, бадалдардын арасында Кыргыз тоосунун түндүк жагында (Бозбөлтөк, Чолок-Кайың, Ысык-Ата капчыгайларында), Ферганадагы (Коңур-Дөбө өзөнүндө) жана Талас тоо кыркаларында (Кара-Арча суусунун бассейнинде) калың өсөт.

Жергиликтүү дарыкана тармактарынын жана фармацевтика өнөр жайынын сырьёго болгон муктаждыгын көрсөтүлгөн райондордон даярдап камсыз кылууга болот.

Д а я р д о о. Жалбырактуу бетоника чөптөрүн алгачкы вегетация учурунда жыйнашат. Чөп аба ырайынын кургак, ачык учурунда кол менен жыйналат. Чогулган сырьену күндүн нуру тийбей турган көлөкө, жел жакшы жүргөн жерлерге ошол замат жука кылып жайышып, мезгил-мезгили менен аралаштырып кургатышат. Температурасы 40—50°тан ашпаган атайын кургаткыч жайларда кургатууга да болот. Кургатуу учурунда ным (шүүдүрүм, жамгыр) тийгизбөө керек, анткени сырье карарып бузулуп кетет.

Даяр сырье — сабактардын, жалбырактардын жана топ гүлдүн сындырылган аралашмасынан турат. Анын сабактары төрт кырлуу келип, жалбырактарынын жээктери тиштүү тилкелер менен курчалган сүйрү жумуртка сымал болот. Кылда учундагы жалбырактары көбүнчө ланцет сымал шуштугуй, ылдыйкы түп жагы жалбырактары саптуу тукул учтуу бир аз түктөрү бар. Гүлүнүн өңү кызыл, кызгылт-көгүш машактай. Түсү жашыл келип, даамы ачуураак болот, жыты бир аз ароматтуу. Кургак жайларда сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Жалбырактуу бетоника чөбүндө көптөгөн кошулмалар бар; флавоноиддер — ориентин, гомоориентин, иридоиддер; фенол-

карбондуу кислоталар, стахидрин алкалоиди, ашаткыч, чайырлуу, канттуу, ачуу заттар, эфир майлары, аскорбин кислоталары, органикалык кислоталар, К витамини, кумариендер жана кальций туздары бар.

К о л д о н у у. Жалбырактуу бетониканын спирт-суудагы ачытмасы жана суюк экстракты акушердик-гинекология практикасында жатын булчундарынын тонусун жогорулатуучу, анын жыйрылуусун күчөтүүчү жана канды токтотуучу, кансыроодон сактоочу каражат катары пайдаланылат. Андан башка дагы ушундан жасалган препараттарды нерв системасынын ооруларын дарылоого пайдаланылат.

Сасык тармал чөп — василистник вонючий
Thalictrum foetidum
Байчечекейлер тукуму — Ranunculaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү.

Сасык тармал чөп алмак-салмак кезектешип өнүп чыккан саптуу же сапсыз жалбырактары бар, үч-төрт канаттай сымал татаал жалбырактуу көп жылдык өсүмдүк. Сабагы бир кылка жалбырактуу. Өсүмдүктүн тулку боюнда кыска безчелер жана түктөр көп, алар айрыкча жалбырактардын астыңкы бетинде көп орношкон. Жылаңач түксүз жалбырактары сейрек. Кызгылт-көк өтө майда гүлдөр шыпыргы сымал көпшөк топ гүлүндө топтолушкан. Июнь-июлда гүлдөйт, мөмөсүн июль-августта берет.

Сасык тармал чөп Кыргыз, Талас тоо кыркаларынын альпы жана субальпикалык алкактарынын шалгылдуу тоо боорлорунда, токойдун четтеринде, бадалдардын арасында, ошондой эле Суусамыр жана Кемин өрөөндөрүндө өсөт. Бул чөптүн жыш чыккан жерлери Кеңдик (Суусамыр) тоо кыркасынан табылган, анын ээлеген аянты орточо эсеп менен 245 кг гектар, Чоң Кемин капчыгайларында 100—150 кг гектарга чейин.

Д а я р д о о. Сасык тармал чөбүн жыйноону богок байлай баштаганда жана вегетация мезгилинде жүргүзүшөт. Сырьену аба ырайынын ачык кургак мезгилинде кол менен жыйнап алышат. Жыйнап алар замат жукалап жайышып, мезгил-мезгили менен аралаштырып туруу менен 30—40° температурадагы кургаткычтарда кургатышат. Көбүнчө алдын ала чөптү 2—3 см ден узун эмес кылып туурап алышып күнгө

же көлөкөдө, абада кургатышат. Жакшы кургаган сырье оңой күкүмдөлөт жана жагымдуу жытын жоготпойт.

Даяр сырье жалбырактуу сабактардан (30%ке чейин), жалаң жалбырактардан (63%ке чейин) жана топ гүлдөрдөн турат.

Жалбырактары үч-төрт ирет айчыктуу, саптуу жалбыракчалары майда, жазылыгы 2—15 мм, беттери жумуру же жумуртка сымал тоголок келип үч айчыктуу, жээги бүтүн же тукул тишчелүү. Жалбырактарынын төмөнкү бетинде безчелери, түктөрү бар. Сабактары (бөлүктөрү 3 см ден узун эмес), анча-мынча кырдуу, көндөй, өңү кызгылт көгүш. Өзүнчө жыты бар, даамы ачуу, өңү кочкул жашыл. Жакшы желдей турган кургак жайларда сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Сасык тармал чөптүн жердин үстүңкү бөлүгүндө 0,73% алкалоиддер (негизги компоненти фетидин болуп саналат), флавоноиддүү гликозиддер — глюкорамнин, рутин, сапониндер, чайырлуу жана ачуу заттар. С витамини, эфир майларынын тактары, органикалык кислоталар жана микроэлементтер бар.

К о л д о н у у. Алгачкы таасир этүүчү зат алкалоиддер тобунун составындагы фетидин алкалоиди болуп саналат. Сасык тармал чөптүн спирт-суудагы ачытмасын медициналык практикада I жана II стадиядагы гипертониялык ооруларды дарылоодо кан басымын төмөндөтүүчү дарылар катары пайдаланылат. Бул препараттын таасирдүүлүгү раувольфиянын препаратынан кем калбайт жана жакшы таасир тийгизет.

Адырашман — гармала обыкновенная
Peganum harmala
Жуп жалбырактуулар тукуму — **Zygophyllaceae**
Дарылык сырьесу — уругу, чөбү

Бийиктиги 20—25 см келген көп жылдык чөп өсүмдүк. Тамыры өзөк тамырлуу, көп баштуу. Сабактары көп чачырак бутактуу, жашыл жалбырактуу. Жалбырактарынын сөлөкөтү жумуртка сымал канаттай тилинген, терең оюктуу. Гүлдөрү жалгыздан, өңү ак же бозомтук сары, бутактарынын учунда орношкон. Мөмөсү 6—10 мм, үстү жалпагайыраак, үч жакка ачылмай кутучадай шар сыяктуу болот. Үч кырдуу

өтө көп уруктары бар. Май — июнь айларында гүлдөйт, июль — августта мөмө берет.

Шор топурактуу чөл өрөөндөрдө, тоо алкактарында, Кыргызстанда өтө көп. Отоо чөп. Адырашманды Кемин өрөөнүнөн (Чоң-Кемин өрөөнүнө кире бериш капчыгайда), Ысык-Көл шаарынын чет жакасынан, Куланак айылынан Дөрбөлжүнгө кеткен жолдун бойлорунан, Нарын дарыясынын бассейндеринен жана Ысык-Көл өрөөнүнөн жыйнап алууга болот.

Даярдоо. Адырашман чөбүн эрте жазда, богок байлаган мезгилде орок, бычак же чалгы менен жерден 5—10 см өйдөрөөк жеринен катуусу жок кылып оруп, кесип же чаап алышып, боолап коюшат. Өсүмдүктү кол менен жулууга тыюу салынат. Уругун кутучалары ачыла баштап бышып жетилген учурда жыйнашат. Кутучаларды жакшы желдеткичтери бар бастырманын астына кургатышат, кездемени төшөп күнгө жайып кургатса да болот, андан кийин аны майдалап элешип, уругун бөлүп алышат. Чөбүн темир тунукелүү үйдүн чатырларынын же жакшы желдеткичтери бар бастырмалардын алдына кездемеге же кагазга жайып кургатышат.

Даяр сырьенун узуну 3—3,5 мм, үч кыры текши эмес, ийри-муйру кара күрөң уруктары болот. Адырашмандын чөбүнүн даяр сырьесу жалбырактуу сабактарынан, жалбырактардан, богоктордон, гүлдөрдөн чөптүн аралашмасынан турат. Жыты жагымсыз.

Химиялык составы. Адырашмандын чөбү уулуу алкалоиддерге: гармалин, гармин, пеганин, гармалол, вазициинон, дезоксивазициондорго бай. Уулуу өсүмдүк. Мал жебейт. Уругунда 14,25% май жана боёк заттар бар.

Колдонуу. Өсүмдүктүн составындагы топ алкалоиддердин ичинен дарылык жагынан таасири эң күчтүүсү, алкалоид гармин алгач борбордук нерв системасын, өзгөчө анын дем алуучу жана кыймылдаткыч борборлорун жандандырат, кандын басымын төмөндөтүп, жүрөк кан тамырларын кеңейтет, ичеги-карындын скелеттүү булчуңдарын жана өт түтүкчөлөрүн иштешине жардам берет.

Пеганин гидрохлорид — алкалоиди (таблетка же ампула түрүндө) миопатин жана миастенин оорууларында холинэстеразга каршы, ошондой эле ичегилердин атониясында жана ич катып калганда жумшартуучу дары катары уруксат этилет.

0973454693

Кубаттандыруучу жана ич катып калганда жумшартуучу таасири бар «пегармин» препараты да адырашман чөбүнөн алынат. Бул препаратты кыргыз окумуштууларынын (Пузий ж. б.) тобу сунуш кылышкан жана ал тейлериозом менен ооруган жаныбарларды дарылоо үчүн сунуш кылынган.

Суу кымыздыгы — горец перечный (водяной перец)
Polygonum hydropiper
Кымыздыктар тукуму — Polygonaceae
Дарылык сырьесу — чөбү

Бийиктиги 30—60 см келген, тызылдатма ачуу даамы бар бир жылдык чөп өсүмдүк. Сабагы жыланач, өңү жашыл же күрөң-кызыл. Жалбырактары кезектешип, жайгашкан, формасы ланцет сыяктуу шуштугуй, түбү кууш. Безчелери көбүнчө көрүнүп турчу темгилдүү. Жалбырактын түбүндөгү чөл кабыкка окшогон раструбтарынын өңү кызгылт, жээктеринде кээде кирпикчелери менен болот. Майда гүлдөрү түйдөкчө сымал эле кыска сабактарында жайгашкан да, бирин-серин салаңдаган сабакка топтолгон. Гүлдөрүнүн өңү мала жашыл, көп сандаган саргыч безчелери бар. Мөмөсү, кочкул күрөң, үч кырдуу жаңгакчалар. Майдан баштап, сентябрга чейин гүлдөйт, мөмө берет.

Дарыялардын жана суулардын, too этектериндеги өрөөндөрүндөгү арыктардын бойлорунда, ошондой эле республиканын бардык талаа жана чөп чабынды талааларында өсөт. Өзгөчө чабынды шалбааларда, ойдуңдарда көп өсөт. Бул өсүмдүктү жыйнап даярдап жергиликтүү дарыканалардын муктаждыгын камсыз кылса болот.

Даярдоо. Бул чөптү жайдын акырында, суу кымыздыгы гүлдөгөн мезгилде, сабагы кызара электе (сабагы кызарып кеткен учурда жыйноого болбойт), жерден 10—20 см өйдөрөөк бычак менен кесип же орок менен оруп алышат. Аны жакшы желдеткичи бар тунуке чатырлардын же бастырмалардын алдына жука кабат кылып жайып (чөп өтө ширелүү болгондуктан калың жайса тез саргарат жана жай кургатса — карарат) күндүн нурун тийгизбей тез кургатышат.

Жыйнаган учурда анын жаш жалбырактарынын ачуу, дүүлүктүрмө (калемпирдин даамындай) даамы болорун эстен чыгарбоо керек.

Даяр сырьесу 30—40 см жалбырактуу сабактардан чала ачылган гүлдөрдөн жана мөмөлөрдөн турат. Сабактары цилиндр формасында жыш, узун кырдуу, мууну бар. Жалбырактары түбүнөн шынаа сыяктуу болуп шуштугуй, өңү жашыл, узундугу 3—6 см, жылаңач, чети жылмакай сыйда болот.

Гүлдөрүнүн өңү ак же агыш жашыл келип, саргыч түстүү көп сандаган безчелери менен бирин-серин чачы топ гүлгө топтолушкан. Жыты жок, бир аз кыйгыл даамы бар.

Аны жакшы желдей турган кургак жайларда стеллаждардын үстүнө сакташат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Чөптүн составында полигопиперин, рутин, кверцетин, гиперозид, кемпферол, рамназин, ситостерин, А, Е, Д, К, С витаминдери, ашаткыч, канттуу, боёктуу заттар, органикалык кислоталар, эфир майы жана микроэлементтер (магний, күмүш, марганец, титан) бар.

К о л д о н у у. Суу кымыздыгынын препараттары ооруган жерди басылтуу менен канды токтотуу касиетине ээ, төрөттөн жана боюнан алдыргандан кийин жатындан кан аккан учурларда гинекология практикасында кеңири пайдаланылат. Суу кымыздыгынын жогоруда айтылган дарылык таасири мүйүз кара көсөөдөн алынган препараттарга караганда күчтүү келет. Кээде ашказан жана ичеги ооруларын айыктыруу үчүн колдонулат. Практикада суудагы демдемеси, суюк экстракты, гидропиперин препараты пайдаланылат; геморройго каршы свечанын — анестезолдун составына кирет. Нерв системасына жагымдуу таасир берери белгиленген. Ветеринардык практикада жаныбарлардын жара ооруларын дарылоодо пайдаланылат.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Кургатылган жана майдаланган суу кымыздыгынын чөбүнөн бир чоң кашык алып бир стакан кайнак сууга 30 минут демдеп, бир аз муздагандан кийин, чыпка менен сүзүп, чоң кашык менен үч маал ичсе болот.

Төшөлгөн сабактуу кымыздыгы — горец птичий
Polygonum aviculare
Кымыздыктар тукуму — Polygonaceae
Дарылык сырьесу — чөбү

Төшөлгөн сабактуу кымыздык **бир жылдык** чөп

өсүмдүк. Тамыры сөңгөктүү, бутакчалары сейрек болот. Сабактары кеңири жайылып, жалбырактуу. Жалбырактары сүйрү. Жан жалбыракчасы пленка сыяктуу келип агыш. Гүлдөрү бутактарын бойлой жалбырактарынын түбүндө 1—5 тен болуп бир калыпта жайгашкан. Гүлдөрү жашыл, четтери кызгылтым же агыш. Мөмөсү үч кырдуу кара жаңгак. Май айында гүлдөйт, жай бою гүлдөй берет, сентябрь-октябрь айларында мөмөсүн берет.

Төшөлгөн сабактуу кымыздык суу чайкаган жерлерде кумдак жерлерде, кумдарда, узакка пайдаланылбаган жерлерде, өрөөндөрдөн баштап бүт Кыргызстан боюнча альпы алкактарына чейинки айдоо жана шалбаа жерлеринде өсөт. Жергиликтүү дарыкана тармактарынын муктаждыктарын бул өсүмдүк толугу менен камсыз кыла алат.

Д а я р д о о. Төшөлгөн сабактуу кымыздык чөбүн гүлдөгөн мезгилде өсүмдүктүн өйдө уч жагын гана 40 см чейин орок менен оруп же бычак менен кесип алынат, эгерде чөп жыш чыккан болсо чалгы менен чаап алууга болот. Чөптү жакшы желдеткичи бар тунуке менен жабылган чатырларда же бастырмалардын алдына кагаз же кездеме төшөп, жука кабат кылып жайып, мезгил-мезгили менен аралаштырып кургатат.

Даяр сырьёсу узундугу 40 см чейинки бозомук жашыл муунактуу сабактардан, түбүндө агыш жалбыракчалар менен оролгон, узундугу 3 жана жазылыгы 1 см чейинки өңү ачык жашыл жалбырактары бар: Гүлдөрү майда, мала кызыл же ак болот. Бир аз жыты бар. Даамы оозду бир аз дуулдатат.

Кургатылган чөптү баштык каптарга салып, жакшы желдей турган кургак жайларда стеллаждардын үстүнө сакташат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Өсүмдүктө (төшөлгөн сабактуу кымыздыкта) ашаткыч, флавоноиддүү заттар (авикулярин) чайырлар, кант, протеин, эфир майы, К, С витаминдери, каротин жана кремний кислотасынын туздары бар.

К о л д о н у у. Өсүмдүктүн составындагы активдүү заттар кан токтотуучу жана сезгенген ооруларга каршы таасирин тез тийгизүүчү касиетке ээ. Төшөлгөн сабактуу кымыздыктын препараттары суудагы демдемеси, кайнатмалары, кошундулары сийдик чыгуучу органдарынын, өнөкөт ооруларына, боор ооруга кө-

бүнчө жатын, ичеги ооруларына, геморрой болуп кан кеткенде колдонулат жана организмдеги уулуу заттарды зыянсыздандырууга жардам берет.

Кайнатма даярдоо ыкмасы. Кургатылган, майдаланган сабактуу кымыздык чөбүнөн 20 г алып (0,5) жарым литр сууда 10 минут кайнатып, бир аз муздагандан кийин чыпкалап, маңызын жарым стакандан 3—4 маал ичсе болот.

Анар — гранат (гранатник)
Punica granatum
Анарлар тукуму — Punicaceae
Дарылык сырьёсу — тамырынын, өзөгүнүн, бутагынын жана мөмөсүнүн кабыктары

Анар 5 м чейинки бийиктиктеги бадал же анча чоң эмес бутактуу тикенектүү дарак. Жалбырактары кочкул жашыл, сымак калың, сүйрү-шуштугуй ланцет сыяктуу болуп турат.

Гүлдөрү чоң, ачык кызыл, түз, колтуктуу болот. Мөмөсү чоң, диаметри 10 см чейин келип тоголок, эти кызыл, жегиликтүү, уругу жылмакай кырдуу, ширелүү кабыкчалар менен капталып турат. Май-август айларында гүлдөйт, сентябрда мөмөсүн берет. Орто Азияда жана Кавказда көп өстүрүлөт.

Даярдоо. Анардын бутактарынан мөмөсүн кыркып алуу жолу менен жыйнайт. Жыйналган сырьену желдей турган кургак жайларда кургатат.

Химиялык составы. Тамырларынын, бутактарынын, өзөгүнүн кабыктарында көп сандаган ашаткыч заттар, алкалоиддер — пеллетьерин, изопелетьерин бар. Мөмөсүндө канттуу заттар, органикалык кислоталар, айрыкча 9% ке чейин лимон кислотасы, С витамини өтө көп. Тамырларынын кабыктары уулуу келет.

Колдонуу. Анардын кесип алынган кабыгы ичеги-карын ооруларын жана ич өткөндү басылтуучу каражат катары колдонулат, кээ бир учурларда гельминтоз ооруларына да пайдаланылат. Анардын жаңы мөмөсүн кабыгы менен жөтөл, суук тийген ооруларга, ичеги-карын ооруларына, безгекке пайдаланышат. Анар жугуштуу оору менен ооруган адамдарга денени чыңдоочу каражат катары сунуш кылынат. Анар дарагынын кабыктарынан алынган суюктук түрүндөгү алкалоид — пеллетьерин танат түрүн-

дө тасма курттарын жоготуучу күчтүү каражат катары колдонулат. Алкалоид уулу болгондуктан көп колдонулбайт.

Чоң сарындыз, карындыз — девясил большой
Inula grandis
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьесу — тамыры менен тамыр сабагы.

Узундугу 2 м чейинки көп жылдык түктөрү жок чөп өсүмдүк. Тамырсабагы көп баштуу, көпшөк, көп кошумча тамырлары менен. Жалбырактары калың, сүйрүрөөк, сырткы бети жалтырак, жылмакай, астыңкы жагы түктүү. Көп сандаган себетчелер, өңү сары, диаметри 4—6,5 см топ гүл калканчаларына чогулган. Уруктары 2—3 мм узундукта, 10—12 кырдуу. Май-июнь айларында гүлдөйт, августта мөмөсүн берет.

Тоо этектериндеги кум-шагылдарда, талаа алкактарындагы бадалдардын арасында өсөт.

Фергана, Чаткал, Талас тоо этектеринде жана Кыргыз тоо кыркаларында (Маевка, Чоң Кемин) чоң өсүмдүктөр тобун түзүп турат, ал жерлерден дарыкана тармактарынын жана инулин өнөр жай өндүрүшүнүн керектөөлөрү үчүн жыйнап алууга болот. Жылына 1155 кг чейин сырье даярдап алууга болот, даярдалган сырье жергиликтүү дарыканалардын сырьёго болгон муктаждыгын канаттандыра алат.

Даярдоо. Тамырларын жана тамыр сабактарын жыйнап алуу жер үстүндөгү бөлүктөрү куурагандан кийин (август-сентябрдын аягында) күзүндө же эрте жазда жүргүзүлөт. Аны күрөк менен казып алып топурагын силкип түшүрөт, жер үстүндөгү бөлүгүн кесип алышкандан кийин муздак суу менен тезинен жуушат. Алган жоон жана узун тамырсабактарын жана тамырларын 10—15 см узундуктагы бөлүкчөлөргө кесишет, андан кийин жоондорун узунунан жара тилип, ал эми ичиндеги карарып кеткен же зыянкечтер залал келтирген жерлерин алып салышат. Чатырларга же башка жакшы желдей турган жайларда кагаздын же кездеменин бетине жука кабат кылып жайып, бат-бат аралаштырып кургатышат. Аба ырайы жаан-чачынсыз кургак болуп турганда, түнкүсүн таар менен же пленка менен жаап

коюп, күндүзү күнгө кургатат. Күндүз күндө 2—3 күн жаткандан кийин температурасы 40°тан ашпаган кургаткычтарда кургатылат.

Даяр сырье 2—20 см узундуктагы, калыңдыгы 1—3 см, узунунан жара тилинген, бырыштуу, сыртынан бозомтук күрөң, ичи ак саргыл ар түрдүү формадагы тамырсабактардан жана тамырлардын бөлүкчөлөрүнөн турат. Жыпар жыттуу өзүнө таандык күчтүү жыты болот, бул болсо сырьёну таанып билүүчү бирден бир белгиси болуп саналат. Даамы бир аз ачуураак, жагымдуу жыты бар.

Жакшы желдей турган кургак жайларда стеллаждарда сакташат. Карындыздын тамырынын жыты, алыстан камфоранын жытындай сезилип турат.

Химиялык составы. Карындыздын тамырларынын составынан 3%ке чейин эфир майы, 44% чейин инулин, алкалоиддердин (0,13%) калдыгы табылган. Республиканын окумуштууларынын маалыматтары боюнча чоң карындыз жогорку сапаттуу келечектүү өсүмдүк. Д — фруктоза жана сесквитерпен лактондорун алуу үчүн инулин аттуу полисахаридди да колдонулат. Чоң карындыз инулин затынын көптүгү жагынан карындыздардын бардык түрлөрүнөн баалуу турат. Жергиликтүү сырьёдон инулинди жана фруктозаны иштетип чыгаруу ыкмасы өнөр жай заводдоруна сунуш кылынган.

Колдонуу. Инулинди жана анын кошулмаларын өндүрүштө алуу үчүн сырьё катары колдонулат. Карындыз ичеги-карын, бронхит, пневмония ооруларын дарылоодо керектелет.

Кайнатмасын даярдоо. 1 кашык карындыздын майдаланган тамырсабагына тамыры менен 2 стакан кайнак суу кошуп, 10—15 минут жай кайнатып. муздагандан кийин чыпкалап, 2 же бир чоң кашыктан ар бир саат ичип, туруу керек (бир күндүн ичине жеткирүү керек 2 стакан кайнатманы). Бирок, бөйрөгү оорулуу адамдар жана боюнда бар аялдар ичүүгө болбойт.

Саптуу эмен — дуб черешчатый
Quercus robus
Эмендер тукуму — Fagaceae
Дарылык сырьёсу — кабыгы.

Бийиктиги 40—50 м чейин жеткен жөнөкөй жал-

былактуу жыгач өсүмдүк. Жалбырак түзүлүшү жүрөк сымал артына ийилген сүйрү, жээктери капаттай айчыктуу. Гүлдөрү бир үйлүү шамал менен чаңдашат, ошондуктан гүлдөрүнүн өңү күңүрт жашыл, сөйкө топ гүлдөрүнө топтолушкан. Ошол эле өсүмдүктүн өзүндө ургаачы жана эркек гүлдөрү жалбырактар ачылганга чейин өсө берет. Апрель айында гүлдөйт, сентябрь — октябрда мөмө берет, Кыргызстанда өсүүчү себилме өсүмдүк болуп саналат.

Химиялык составы. Эмен жыгачынын кабыгында ашаткыч заттар, галла жана эллаг кислоталары, пектиндер, кверцетин, флобафендер, былжырлар, крахмалдар жана белоктуу заттар бар.

Колдонуу. Саптуу эмендин кабыгынын кайнатма суусу фарингит, гингивит, стоматит болгондо оозду жана тамакты чайкоо үчүн сезгенгенге каршы дүүлүктүрүп ысытуучу каражат катары колдонулат. Саптуу эмендин кабыгы айрым дары чөптөрдүн кошулмаларынын, татаал түзүлүштөгү дарылардын составына кирет.

Кайнатма даярдоо ыкмасы. Эмендин бутактарынын кабыгынан ичке иче турган кайнатмасын даярдоо үчүн, бир чоң кашык майдаланган кабыкты 0,5 литр сууда 15—20 минут жай кайнатат, кичине муздагандан кийин чыпкалайт. Даярдалган кайнатмадан 1/2 стакандан 3—4 жолу, тамак ичерден 20—40 минут мурун ичсе болот.

Сырткы дарттарды дарылоо үчүн, кайнатманын концентрациясы көбүрөөк болушу керек. Эмендин кабыгынан 4—5 чоң кашык алып, 0,5 литр сууда кайнатып алынат, бул кайнатма көбүнчө, оюлуп жара болгон жерлерди, жатындын эрозиясын, күйүктөрдү жана бутка ванна жасап дарылаганга жакшы таасир тийгизет.

Көк чай чөп — душица обыкновенная
Origanum vulgare
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Дарылык сырьесу — чөбү

Көк чай чөп жыпар жыттуу көп жылдык чөп өсүмдүгү. Тамырсабагы сойлоп өсөт, бутактуу. Сабагы түз, жумшак түктүү, төрт кырдуу болот. Жалбырактары тушташ, жумуртка сымал сүйрү, үстүнкү бети күңүрт, төмөн жагы бозомук жашыл, сабы бар. Гүл-

дөрү көп сандаган майда, өңү күңүрт кызыл жаш жалбырактардын колтугунда калкан сымал топ гүлгө топтолушкан. Таажысы эки эриндүү, бозомук кара кочкул. Мөмөсү төрт жаңгакчадан турат. Июль-сентябрда гүлдөйт, сентябрда мөмөсүн берет.

Алар көбүнчө ортоңку алкактын түндүк тоо жантаймаларында, бийик чөптүү шалбааларда жана чабынды талааларда, токойлордун четтериндеги бадалдардын арасында, арыктардын бойлорунда, ошондой эле бүт республика боюнча шыбак — эфемерлүү фитоценоздордо өсөт. Составында эфир майы өтө көп өсүмдүк.

Бул өсүмдүктү Ысык-Көл өрөөнүндөгү Күңгөй Ала-Тоо кыркасынын түндүк жантаймаларынан (Фрунзе атындагы колхоз, Күрмөнтү кыштагы), Фергана жана Кыргыз Ала-Тоо кыркаларынын түндүк жактарынан жыйнап даярдоого болот.

Даярдоо. Көк чай чөбүн гүлдөгөн учурда жер бетиндеги сабактарын кесип алып жыйнашат. Чатырлардын же бастырмалардын алдына кургатышат. Кургагандан кийин гүлдөрүн жана жалбырактарын сабактарынан кол менен же ири калбыр менен элеп бөлүп алышат.

Даяр сырье жалбырактар менен гүлдөрдүн аралашмасынан турат. Жалбырактары кыска саптуу, үстүңкү бети күңүрт жашыл, төмөн жагы бозомтук жашыл. Гүлдөрүнүн түсү куба кара кочкул, эрин гүлдүү, узундугу 3—5 мм майда. Жыпар жыттуу, даамы оозду куруштурган ачуу. Кыргызстанда кеңири тараган көк чай чөп менен бирдей майда гүлдүү чай чөптү даярдап, көк чай чөптөй эле пайдаланса болот.

Химиялык составы. Чөптүн составында тимолго жана сесквитерпендерге бай эфир майлары, ашаткычтар, ачуу заттар, фитонциддер, С витамини, флавоноид гликозиддери, фенолдор жана коюу майлар бар, ошондой эле чөбүндө аскорбин кислотасы көп экендиги аныкталган.

Колдонуу. Бул чөп көкүрөк жумшартуучу, тердетүүчү кошулмалардын составына кирет. Боор, ашказан ооруларына, жогорку дем алдыруу жолдору сезгенгенде, өт сүрдүрүүчү, көкүрөктү жумшартуучу, тердетүүчү каражат катары пайдаланылат. Эфир майы тиш врачтарынын практикасында ооруну басуучу препарат катары жана кызыл жүгүрүк оорусун дарылоодо да шыбалма май түрүндө кеңири пайдала-

нылат. Көк чай чөптүн суудагы демдемеси титиреп-калтыратма оорусуна каршы жана көшүтүүчү дары катары да сунуш кылынат. Ошондой эле сырткы компресс жана ванна үчүн пайдаланылат. Эфир майы парфюмерия өнөр жайында атырлардын, пасталардын, помадалардын жана самындардын жытын чыгаруучу каражат катары пайдаланылат.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Көк чай чөптүн суудагы демдемесин (чай) даярдоо үчүн 2 чоң кашык даяр чөбүн 2 стакан кайнак сууда 20 минуттай демдеп (термосто), чыпкалагандан кийин $^1/_2$ стакандан 3—4 маал тамактанууга чейин 30 минут калганда ичсе болот. Боюнда бар аялдар ичүүгө болбойт.

Боз даргын — желтушник серый
Erysimum canescens
Кайчылаш гүлдүүлөр тукуму — Brassicaceae
Дарылык сырьесу — чөбү.

Боз даргын кургакчылыкка чыдамкай, бозомтук — ак түктүү, эки жылдык чөп өсүмдүк. Тамыры сөңгөктүү, сабагы жалкы же бир нече болот. Жалбырактары кезектешип өсөт, узун, четтери жылма бүтүн болот. Гүлдөрү чачыдай топ гүлгө жыйналган. Гүлдөрү төрт мүчөлүү, өңү лимондой сары. Мөмөсү көп сандаган уруктуу, төрт кырдуу келип кабыкчанын ичине жайгашат. Май-июнда гүлдөйт, июлда мөмөсүн берет.

Республиканын бардык облустарында какыраган таштуу жана чөптүү талаалардын бетинде өсөт, аны даярдоонун эң ыңгайлуу жери Суусамыр өрөөнү болуп саналат. Украина, Краснодар крайынын плантацияларында жакшы өсөт.

Д а я р д о о. Боз даргындын үстүңкү, гүлдөгөн бөлүгү жыйналып алынат, аны кесип, же ал түгүл чаап алууга болот, көбүнчө аны кол менен жыйнап алышат. Чөптү алгач күнгө (3—4 саат) соолутуп андан кийин аны көлөкө жерге же кургаткычтарда тез кургатышат, шамалга желдетип кургатса да болот.

Даяр сырье бозомтук-жашыл түстөгү майда жалбырактардан жана бышып жетиле элек (кабыктуу) мөмөсү бар гүлдүү жаш сабактардан турат. Өзүнө таандык жыты болот. Даамы ачуу.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Боз даргын чөбү — жүрөккө таасир берүүчү гликозиддерге, алардын ичинен эң негиздүүсү эризимин, эризимолактан жана эри-

зимозид болуп саналат. Боз даргындын уругунда 40%ке чейин коюу май бар. Уулу өсүмдүк.

Колдонуу. Боз даргындын препараттары жүрөк оорусуна баалуу каражат болуп саналат жана строфантин сыяктуу таасири бар. Алар жүрөктөгү кан айлануу бузулганда тез чара көрүү үчүн пайдаланылат да, жүрөктүн иштешин жакшыртат, организмдеги шишикти азайтат, заара чыгарууга таасир берет.

Боз даргын ооруга суу экстракты түрүндө дайындалат жана кардиовалендин, составына кирет, эризид препараты ампулада чыгарылат.

Кара моюл — жостер слабительный
Rhamnus cathartica
Крушиналар тукуму — Rhamnaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү

Кара моюл бийиктиги 3 м чейинки бадал же ичине дарак өсүмдүгү. Жалбырактары тушташ өсүп, саптуу эллипс формасында, жээги майда ара тишчелүү болот. Гүлдөрүнүн өңү жашылыраак, бир жыныстуу, эки үйлүү, жалбырактардын колтугунда 3—10дон боо болуп топтолушкан. Мөмөлөрү ширелүү, кожогат сымал кара, диаметри 6—8 мм. Уругу жумуртка сымал. Майда гүлдөйт, августта мөмөсүн берет. Кара моюл бүт республиканын бардык жерлеринде, тоолордун боорлорунда, суулардын жээктеринде, токойлуу бадалдардын араларында өсөт.

Даярдоо. Кара моюлдун мөмөсүн толук бышып жетилгенде жыйнашат. Аны мештерде же температурасы 50—60° болгон кургаткычтарда кургатышат.

Даяр сырье шар сыяктуу чүрүшкөн, күрөң данеги бар, диаметри 5—8 мм келген өңү кара мөлтүрөгөн мөмөлөрдөн турат. Жыты болбойт, даамы ачуураак ширин.

Химиялык составы. Кара моюлдун мөмөсүндө антрагликозиддер, флавоноиддер, пектиндүү, канттуу, ашаткыч заттар, көптөгөн органикалык кислоталар бар. Жалбырактарында аскорбин кислотасы көп. Ал эми ашаткыч заттар кабыгында көп болот.

Колдонуу. Моюлдун мөмөсү ичегинин атониясы жана ич катып калган учурларда бышып жетилген жаш жемиштен кайнатма, демдеме, шире, экс-

тракт түрүндө ич алдыруучу каражат катары колдонулат. Ич алдыруучу кошулмапын (чайдын) составына кирет. Мөмөлөрүнүн кайнатмасынын таасири жайыраак тиет, бирок жоон ичегинин булчуңдарынын иштешин тездетет.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Бир чоң кашык кара моюлдун майдаланган мөмөсүн алып, бир стакан кайнак сууда 2 саатка демдеп, чыпкалагандан кийин, жарым стакандан, кечинде жатаардын астында ичсе болот.

Сары чай чөп — зверобой продырявленный
Hypericum perforatum
Сары чай чөптөр тукуму — Guttiferae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Сары чай чөбүнүн бутактары ичке, тамырсабактары жана сабактары өтө шактуу болот. Бийиктиги 20—50 см келген көп жылдык түксүз чөп өсүмдүк. Сабактары түз, жылмакай, баш жагы бутактуу болот. Жалбырактары тушташ, эллипс формасында, көп сандаган жылчыктуу безчелери менен сапсыз. Гүлдөрү сары түстүү, калканча сымал топтошкон гүл. Гүлү беш мүчөлүү. Мөмөсү үч уялуу, уругу көп кутучада. Июнь-июлда гүлдөйт, июль-августта мөмө берет.

Сары чай чөбү арыктардын бойлорунда, бадалдарда, чабындыларда, тоо этектеринин таштуу боорлорунда, пайдаланылбаган жерлерде, эгин талааларынын тегерегинде. Кыргыз тоо кыркасынын түндүк жагында, Чүй, Чоң-Кемин, Талас өрөөндөрүндө, Алма-Атага кеткен чоң жолдун бойлорунда (Георгиевкага жакын жерде) өсөт. Сары чай чөп республиканын территориясында көп жолукканы менен жыйнап алууга ыңгайлуу болуп калың өспөйт, жылына 2200 кг жакын сырье чогултуп алууга болот.

Д а я р д о о. Сары чай чөптү жемиши бышканга чейин гүлдөгөн кезинде жыйнашат, одуракай жалбырагы жок кылып, өсүмдүктүн уч жагын узундугун 25—30 см кылып, бычак же секатор менен кыркып алышат. Чөптү көлөкөдө же жакшы желдеткичи бар тунуке чатырлардын, бастырмалардын алдына кездемеге же калбырларга жука кылып жайып, аралаштырып кургатышат. Температурасы 40°тан ашпаган кургаткычтарга кургатса да болот.

Даяр сырье узундугу 2—3 см бозумтук жашыл

жалбырактардын, өңү ачык сары гүлдөрдүн, богоктордун жана көбүнчө майдаланган сабактардын кошумчалары бар анча көп эмес быша элек мөмөлөрдүн аралашмасынан турат. Болор-болбос бальзамдыкындай жыты бар. Оозду дүүлүктүргөн ачуураак, туздуу даамы бар.

Сырье жакшы желдеген кургак жайларда иреттелип салынган түрүндө сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Чөптө ар түрдүү жаратылыштык кошулмалар: ашаткыч заттардын пирокатехин группасы, эфир майлары, чайыр жана боёмо заттар, PP, P, C витаминдери, каротин, никотин кислотасы, холин, флавонол гликозиддери — гиперозид, кверцетин, рутин, гиперин, сапониндер, алкалоиддердин тактары жана башка заттар бар.

К о л д о н у у. Сары чай чөбү көп колдонулуучу байыртадан бери келаткан чөп. Медициналык максат үчүн суудагы, спирт — суудагы ачытма түрүндө, антисептикалык жана кан токтотуучу, куудуратуучу дарылар катары, көбүнчө өтө катуу жана өнөкөт колит оорусу кармаганда, ошондой эле боор, өт ооруларына пайдаланылат. Дененин сырткы дарттарына (күйгөн жерге, жарага, стоматиттерге, гингвиттерге) пайдалануу үчүн сары чай чөптүн жараны айыктыруучу таасирин пайдаланып, чайкоо, май экстракты жана новоиманин препараты түрүндө колдонулат. Новоиманин ириңдүү жараларды, флегмондуу, чыйкан, трофикалык жараны, күйгөн жерлерди жана өпкө, дем алуу органдары ооруганда ингаляция түрүндө дарылоодо жакшы натыйжа берет. Сары чай чөп ар түрдүү чөп кошулмалардын, шыбалма майлардын составына кирет; тамак-аш өнөр жайында жакшы жыт берүүчү татымал катары пайдаланылат.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Сары чай чөптүн майдаланган чөбүнөн бир чоң кашык алып, бир стакан кайнак сууда 30 минут демдеп, чыпкалагандан кийин, үчкө бөлүп, үч маал тамактануунун алдында 30 минут мурун ичсе болот.

Сырткы дарттарды дарылоо үчүн, концентрациясын көбүрөөк кылып даярдоо керек. Чөптөн 2—3 чоң кашык алып 2 стакан кайнак сууда жогорудагыдай даярдоо керек. Бул оуздун ичин, тамакты чайкаганда жакшы таасир берет. 2—3 кашык жаңы терилген сары чөптүн гүлүн 200 г күнкараманын майына чылап, 2 жума караңгы жерде кармап, кез-кез чайкап ара-

лаштырып туруу керек. Чыпкалап даяр болгон майды сырткы дарттарды дарылоого болот (күйүктөрдү, оюлма жараларды ж. б.).

Кан басымы жогору болуп ооруган адамдарга сары чай чөптү өзүнчө ичүүгө болбойт. Башка чөптөрдүн кошулмалары менен кошуп ичсе болот.

Ак сергеш — крапива глухая
Lamium turkestanicum
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Дарылык сырьёсу — гүлдөрү

Ак сергеш сойлоп өсмө тамырсабактуу көп жылдык чөп өсүмдүк. Сабагы түз, төрт кырдуу, бутагы жок. Жалбырактары жумуртка сымал жумуру, жогору жагы учтуу, түп жагы анча терең эмес жүрөк сымал, жээктери тишчелүү.

Ак сергештин гүлдөрү сабакка шакектеп жалбырактардын колтугунда жайгашкан. Гүлү эки эриндүү, өңү ак же саргыч ак, сырты түктүү-сапсагай. Мөмөсү үч кырдуу, узунча жаңгак. Май-август айларында гүлдөйт, август-сентябрда мөмө берет.

Бүт Кыргызстан боюнча бадалдардын арасында, суулардын жайылмаларында, ар түрдүү чөптөр, дан өсүмдүктөрү өскөн шалбаaларда жана шалбаалуу талааларда жолугат. Бул өсүмдүк өтө жыш болуп өспөйт.

Даярдоо. Ак сергештин гүлдөрүнүн таажысын гана кол менен же кыпчуур менен үзүп алып жыйнашат. Төшөмөлгө жука кылып жайышып, көлөкөдө кургатышат.

Даяр сырье саргыч-ак таажылардан турат. Жогорку эриндери шлем сымал, төмөнкүлөрү үч айчыктуу. Баштыктарга иреттеп салып коюшат.

Химиялык составы. Гүлдөрүндө эфир майы, флавоноиддер, алкалоиддер, гистамин, холин, ашаткыч жана көп былжырлуу заттар бар.

Колдонуу. Ак сергеш чөбүнүн суудагы демдемеси жана спирт-суудагы ачытмасы жатындан кан кеткен учурда кан токтотуучу дары катары колдонулат. Каз таңдай жана кырк муун чөбү менен бирге ак сергеш, кан тазалоочу кошунду чөп дарылардын составына кирет. Ак сергеш чөбү жатындын булчуңдарынын жыйрылышына жардам берери илимий негизделген.

Чалкан — крапива двудомная
Urtica dioica
Чалкандар тукуму — Urticaceae
Дарылык сырьёсу — жалбырагы

Чалкандын тамыры узун сойлоп өсмө, эки үйлүү көп жылдык өсүмдүк. Сабактары түз, бийиктиги 1 м чейин келген төрт кырдуу, бутактары тушташ өсөт. Өсүмдүктүн бүт тулку бою дүүлүктүрүүчү жөнөкөй түк менен капталган. Жалбырагы саптуу, тушташ өсөт, жумуртка сымал сүйрү, түбү жүрөккө окшош чекелери ийри-буйру. Гүлдөрү бир жыныстуу, майда, жөнөкөй, төрт бөлөк гүл кабыгы машак сыяктуу, бутактуу топ гүлгө топтолгон. Мөмөсү бозомтук сары жумуртка сымал жаңгакча, гүл калканчанын ичине жайгашкан. Май-сентябрь айларында гүлдөйт. Чалкан Кыргызстандын бардык калк жашаган жерлерде, токойлордо, бадалдардын арасында, арыктардын бойлорунда отоо чөп катары жолугат. Жергиликтүү дарыканалар тармактарынын муктаждыгын камсыз кылууга мүмкүнчүлүк бар.

Даярдоо. Чалкандын жалбырактарын гүлдөгөн мезгилинде жыйнашат. Сабактары жок жалбырактарын гана кол кап кийип үзүп жыйнап алууга болот. Көбүнчө чалканды чаап же кыркып салышат да, соолутушат, дүүлүктүргөн ачуусу жоголгондо жалбырактарын кол менен сыйрып алууга болот. Чалканда дүүлүктүрүүчү касиеттин болушу анын түктөрүнүн клеткалык ширелеринин составында кумурска кислотасынын болушу менен шартталган. Сырьену жакшы желдеткичи бар тунуке чатырлардын же бастырмалардын алдына кагазга же кездемеге жука кылып жайып кургатышат. Күнгө кургатууга болбойт, анткени жалбырактары жашыл өңүн өзгөртүп коёт. Как кургаганда алар оңой майдаланат. Жалбырактын борбордук тарамышчалары жана жалбырак саптары упурап сына баштаганга чейин кургатышат.

Даяр сырье узуну 4—17 см, туурасы 3,5—7 см (төмөнкү бөлүгү) жука, кочкул жашыл, сабактуу жалбырактардын күкүмдөлгөн бөлүктөрүнөн турат. Жыты начар, даамы ачуураак чөптүкүндөй болот. 50—100 кг дан таңгактап иреттеп салып коюлат.

Химиялык составы. Жалбырактары витаминдерге бай — С, К. B_2 витаминдери, каротин (А провитамин); пантотен кислотасы, органикалык кис-

лоталар, өзгөчө кумурска кислотасы, хлорофилл, ашаткыч заттар, уртицин — гликозиди, гистамин, азоттуу негиздин тактары, флавоноиддер, микроэлементтер, ситостерин, мом жана темир туздары көп.

Колдонуу. Суудагы демдемеси жана суюк экстракт түрүндө ички органдардан кан акканда кан токтотуучу препарат катары колдонулат. Чалкандын кан токтотуучу таасири анда К витамининин болушу менен шартталат. Жалбырактары поливитаминдүү, ичеги-карын ооруларына жана кан токтотуучу дары катары колдонулуучу чөп кошулмалардын составына жана ошондой эле «аллохол» препаратынын составына кирет. Жалбырактарынан хлорофилл алынат, ал тамак-аш жана фармацевтика өнөр жайында боёк катары жана нур оорусуна чалдыккан терини (жараны айыктыруучу жана заттардын алмаштыруусун жакшыртуучу) дарылоодо дары катары колдонулат. Чалкандын гален препараттары жатындын булчуңдарынын жыйрылышын күчөтөт. Өзгөчө аялдардын климакс мезгилинде жатындан жана геморройдон кан агууларда (кансыраганда) эң жакшы натыйжа берет. Чалкан ошондой эле атеросклероз организмде темир жетишсиз болуп анемия менен ооруганда жана ичеги-карын ооруларына да пайдаланышат. Уйгактын тамыры менен чалкандын жалбырактарын кошуп, экөөнүн кайнатмасына чүпүрөктү; чылап, чачы көп түшкөн адамдар башына басса жакшы натыйжа берет.

Демдөө ыкмасы. Бир чоң кашык майдаланган чалкандын жалбырагын бир стакан кайнак сууда 25 минут демдеп, чыпкалагандан кийин, оолдун ичин, тамакты чайкоого болот.

Аптекадан чалкандын майдаланган жалбырагынын 75 граммдык 10 бөлүккө бөлүнгөн брикеттери сатылат. Брикеттин ичинен 10 бөлүктүн бир бөлүгүн алып, бир стакан кайнак сууда 10 минут демдеп, муздатып, чыпкалап, чоң кашык менен үч маал ичсе болот.

Боёчу марена — марена красильная
Rubia tinctorum
Мареналар тукуму — Rubiaceae
Дарылык сырьёсу — тамырсабагы

Боёчу марена тамыры жыгачтыкындай көп жылдык чөп өсүмдүгү. Сабактары жыш бутактуу, жар-

машып өсөт. Төмөнкү жалбырактары түрпү сымал экиден; жалбырактары шуштугуй, узундугу 10 см, туурасы 3 см чейин болот. Жалбырактарынын жээк уч жактары бодуракай, тикенектүү, сырткы бети жылаңач, 4—6дан болуп топтолгон. Гүлдөрү жашылыраак-саргыч, көп гүлдүү шыпыргы сымал чачысына топтолгон. Мөмөсү орточо эттүү, данектүү. Июнь айынан август айына чейин гүлдөйт, август-сентябрда мөмөсүн берет.

Фергана тоо кыркаларындагы суу жээктериндеги бадал жыгачтарынын арасында, ошондой эле бактарда, шагылдуу, булактуу жерлерде, арыктардын бойлорунда жапайы өсүмдүк катары өсөт.

Д а я р д о о. Маренанын тамырсабактарын күзүндө жыйнап топурагын тазалап, абада желдетип кургатат.

Даяр сырьё 3 төн 10 мм чейинки калындыгы ар кандай, узата бырыштуу цилиндр формасындагы тамырсабак болуп саналат. Өңү кызгылт күрөң сындырганда күрөң-кызыл кабыгы жана кызгылт сары жыгачы жакшы байкалып турат, ичи көндөй жыты начар, даамы кыйгыл — таттуу, аяк жагында ачуу. 20 кг дан баштыктарга иреттелип салынып сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Маренанын тамырсабагында — антрагликозиддер жана боёлмо заттар (ализарин), көптөгөн органикалык кислоталар, кант, белок жана пектин заттары бар. Молекуласы кислозага, глюкозага жана агликон ализаринге бөлүнүүчү рубэритрин кислотасы эң негизги гликозид болуп саналат.

К о л д о н у у. Марена — кургак экстракты, таблетка түрүндө жана комплекстүү препараты «Цистенал» фосфат жана оксалат таштарын акырындатып эритип жок кылуучу (жумшартуу) максатында табарсык жана өттөгү таш ооруларын дарылоодо пайдаланылат. Цистеналдын 3—4 тамчысын кантка тамчылатып, тамактануудан 30 минут мурун ичсе болот. Катуу сайгылашып ооруганда бир жолу эле 20 тамчы тамактануудан мурун берет.

Өгөй эне — мать-и-мачеха обыкновенная
Tussilago farfara
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьёсу — жалбырагы менен топ гүлү.

Жер астында өсүүчү бутактуу узун тамырсабагы

бар көп жылдык өсүмдүк. Эрте жазда жалбырактары ачыла электе гүлдөйт, тамырсабактан чокусунда гүл себетчеси бар, бир нече тике сабактар өнүп чыгат. Сабактары чатышкан жумшак ак түктүү, чокусунда жалкы сары гүлдөрдүн себетчелери өсүп чыгат, гүлдөгөндөн кийин баштарын ылдый ийип калат.

Тамыр моюнчасындагы жалбырактары өсүмдүк гүлдөп бүткөндөн кийин гана өсүп чыгат. Жалбырактары жумуру сүйрүрөөк, жээги тегиз тишчелүү эмес, үстүнкү бети кочкул-жашыл, муздак, түксүз, астыңкы бети жумшак чаташкан ак түктүү. Мөмөсү сүйрү, кырдуу, билинер-билинбес төрт кырдуу. Апрель-майда гүлдөйт, майда мөмөсүн берет. Шириси баалуу (нектар). Өгөй эне Ысык-Көл өрөөнүндөгү (Санташ совхозу, Покровка кыштагы) кыян чайып кеткен жерлерде, Чүй өрөөнүндөгү Кыргыз тоо кыркаларынын түздүгүндөгү (Фрунзе шаарынын чет-жакаларында, Татыр, Чоң-Арык, Ысык-Ата, Миң тукум), Кемин, Талас, Фергана жана Алай тоо кыркаларындагы чөптүү аянттарда, тоо сууларынын, булактардын бойлорунда, суулар токтоп калган көлмөлөрдүн тегерегинде кездешет.

Бул өсүмдүктү да даярдоо республикадагы дарыкана тармактарынын муктаждыгын толук камсыз кылгыдай мүмкүнчүлүк бар. Жаратылышта бул өсүмдүк жыш өспөгөнүн эске алып, дарыкана тармактарынын муктаждыгын камсыз кылуу үчүн жылына 261 кг жакын гана сырье даярдап алууга болот.

Д а я р д о о. Өгөй эненин жалбырактарын эрте жазда жалбырак сабынын жарымына чейин сындырып жыйнашат. Өтө жаш жалбырактарын, ошондой эле күрөң тактары бар дат басып жабырланган жалбырактарын жыйноого болбойт.

Жалбырактарды жакшы желдеткичи бар тунуке чатырлардын же бастырмалардын астында жалбырактарынын түктүү жагын жогору каратып кагазга же кездемеге жука кылып жайып кургатышат.

Даяр сырье узундугу 7—15 см, жазылыгы 10 см ге жакын жалбырак пластинкалардан турат. Жалбырактары салаа-салаа майда тамырчалары бар, жүрөк сымал болот, үстү жагы кочкул жашыл, жылаңач, астыңкы жагы жумшак ак түкчөлөр менен капталган узун саптуу. Жыты болбойт, даамы оозду дүүлүктүрмө ачуураак.

Өгөй эненин топ гүлүн (гүл чанакчасын) гүлдөй

баштаганда, узунун 0,5 см ден ашык кылып гүл сабы менен бирге кесип же үзүп алышат. Жалбырактарын кургаткандай эле кургатышат.

Сырье диаметри 1—1,5 см келген бүтүн топ гүлдөрдөн — чанакчалардан жана узундугу 0,5 см ге чейинки гүл саптардан турат. Тил сымал жана түтүк формасындагы гүлдөрү сары, оролгон жалбырагы жашыл, чет жакалары жана орто жери кызгылтым көгүш келет.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Жалбырактарында гликозиддер туссилягин, рутин, гипперин, былжырлуу, ашаткыч заттар, инулин, алкалоиддердин изи, С витамини, каротин, органикалык кислоталар бар. Өсүмдүктүн топ гүлүндө стероиддүү кошулмалар, ашаткыч заттар жана флавоноиддер бар.

К о л д о н у у. Өсүмдүктүн суук тийгенге каршы таасири бар; дем алуу органдарынын бездеринин секрециясын күчөтөт. Спазмага каршы таасирдүүлүгү да — белгиленген. Жалбырактары көкүрөк жана тердетүүчү чөп кошулмалардын (чайлардын) составына да кошулат. Кайнатма түрүндө катуу, өнөкөткө айланган бронхит ооруларына какырык чыгаруучу дары катары колдонулат. Жалбырактары сырткы дарттарды дарылоо үчүн ысыткыч түрүндө чайкоо, булоо, ички оорулар үчүн кайнатма түрүндө колдонулат. Өгөй эне — малдар үчүн эң мыкты силостук, гүлдөрү узакка чейин балдуу, нектарды жана чаңчаларды көп берүүчү өсүмдүк.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Өгөй эне өсүмдүгүнүн майдаланган гүлүнөн же жалбырагынан 1 чоң кашык алып 1стакан кайнак сууда 30 минуттай демдеп, чыпкалагандан кийин чоң кашык менен 4—5 маал ичсе болот.

Дары мелисса — мелисса лекарственная
Melissa officinalis
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Дарылык сырьесу — чөбү

Төрт кырдуу сабагы бар көп жылдык өсүмдүк. Жалбырактары тушташ жайгашкан, саптуу формасы жумуртка сымал жана түп жагы негизинен жүрөк сыяктуу. Гүлдөрү агыш же кызгылт, эки эриндүү, өйдөкү жалбырактарынын колтугунда 3—5тен болуп шакектеп жайгашышкан. Мөмөсү кичинекей жаңгак-

ча. Июнь-июлда гүлдөйт, августта-сентябрда мөмө берет.

Тоолордун ортоңку тилкелеринде, жалбырактуу жана жаңгак мөмөлүү токойлордо, жыш өскөн бадалдардын арасында, көлөкө жерлерде өсөт.

Негизинен, Ош обулусунда, Чаткал, Фергана, Алай тоо кыркаларында өсөт. «Эфиронос» совхозунда эфир майын алуу үчүн сырье катары өстүрүлөт. Өсүмдүк гүлдөгөн мезгилде жалбырактарын жана өйдөңкү өркүндөрүн гүлдөрү менен жыйнашат, чатырлардын же бастырмалардын астына көлөкөдө кургатышат.

Химиялык составы. Чөптө эфир майы, С витамини, ашаткыч заттар, кофеин, олеанол жана урсол кислоталары бар.

Колдонуу. Өсүмдүктүн дарылык касиети эфир майы менен шартталган, ал жүрөгү оорулуу адамдарга тынчтандыруучу таасир берет. Эфир майынын лимондой өтө күчтүү жыты бар, ошондуктан ал фармацевтика өнөр жайында пайдаланылат.

Кызыл арча, кара арча — можжевельник зеравшанский
можжевельник полушаровидный.
Juniperus seravchanica
Juniperus semiglobosa
Арчалар тукуму — Cupressaceae
Дарылык сырьесу — мөмөсү.

Илимий медицинада Орто Азиядагы түрлөрүнүн ичинен кызыл арчанын жана карагай арчанын эфир майы эң эле көп колдонулат. Кызыл арча бийиктиги 20 м чейин келген — куюлуп туруучу, жыш шактуу кызылыраак тилке катмарлуу пластинкага окшоп ажырай турган кабыгы бар эки үйлүү жыгач. Жалбырактарынын өңү ачык-жашыл же бозомук сүйрү, тукулураак шуштугуй, бири-бирине тушташ жайгашкан, бекем кыпчылган, сыртында узунча тегерек же сүйрү безчелери менен тобурчагы (мөмөсү) шар формасында, жука бозомтук кабыгы менен капталган кыска сабы бар жемиш сымал мөмө: бышып жетилгенде күрөңүрөөк жалтырак болуп калат.

Таштуу, шагылдуу жана жумшак топурагы аз жерлерде, болжол менен деңиз деңгээлинен 2500 м чейинки бийиктиктеги тоолордун боорлорунда өсөт. Кээде бүтүндөй бир арча же аралаш токойлорду ту-

зөт. Фергана, Алай тоо аймактарынын жана Туркестан тоо кыркаларында тараган.

Кара арча — бийиктиги 10 м келген эки үйлүү, шагы жыш эмес түз туруучу, бозомтук-күрөң кабык менен капталган ичке бутактары бар жыгач; жалбырактары ромб түрүндө же сүйрүрөөк ромб түрүндө, тукулураак-учтуу, тушташ жыш жабышып жайгашкан, сырткы жагында узунча тегерек же сүйрү безчелери бар, кээде чайырлар таамчысы турат; Тобурчактары жарым шар түрүндө узун саптуу, бурчтуу, жогору жагы жалпагай, каралжын коюу жабышкак мом менен капталгандай көрүнөт, бышканда — бозомтук каралжын тартып калат.

Деңиз деңгээлинен 1500 м ден 2700 м чейинки бийиктиктеги таштуу кургак, топурагы аз, кумдуу жана жука топурактуу жана жумшак топурактуу жерлерде да бадалдуу — жыгач өсүмдүктөрүнүн алкактарында өсөт. Арчалуу, аралаш токойлорду түзөт. Борбордук Тянь-Шандын батыш райондорунда, Кыргыз Ала-Тоолорунда, Таласта, Чаткалда жана Алайда жолугат.

Д а я р д о о. Арчалардын мөмөлөрүн толук бышып жетилген мезгилде бозомтук каралжын тартып калганда (октябрь-ноябрь) жыйнашат. Ийне жалбырактары колду тызылдатып сайгылагандыктан кол менен жыйноого мүмкүн эмес, көбүнчө жыйноочулар арчанын түбүнө таар төшөшүп силкишет; бул учурда бышкан мөмөлөр күбүлөт, быша электери күбүлбөйт. Арчаны таяк менен чапкылап күбүү сунуш кылынбайт. Күбүлүп түшкөн мөмөнү чатырларда же от жагылган имараттарда тез-тез аралаштырып жай кургатууга, 20°тан жогору эмес температурадагы кургаткычтарда кургатышат. Кургагандан кийин сырьену жабышкак ийне жалбырактарынан жана башка кошундулардан тазалашат.

Даяр сырье эки капталы бир аз басырланган, кызгылт көк-кара же күрөң-кара жылмакай жалтырак, бозомтук кабы менен шар формасындагы мөмөнү элестетет. Мөмөнүн көпшөк эттеринде 2—3 ачык-сары же күрөңүрөөк уруктары болот, 4 төн болгондору сейрек кездешет. Өзүнчө жыпар жыттуу жыты болот, даамы таттуураак, жыттуу келет.

Кемирүүчүлөр жетпей турган кургак жайларда сакташат, анткени келемиштер, чычкандар, аларды кызыгып жеп коюшат.

Химиялык составы. Арчалардын мөмөлөрү эфир майына бай, анын составында пинен, сесквитерпен, терпинеол, чайырлар, канттуу (глюкоза) жана пектиндүү заттар, органикалык кислоталар, момдор бар.

Колдонуу. Заара чыгаруучу каражат катары кайнатма түрүндө анда-санда колдонулат. Заара чыгаруучу чөп кошулмалардын составына кирет. Сийгелектетүүчү баалуу каражат болуп саналат. Арчалардын мөмөлөрү башка дары чөп кошулмалары менен чогуу өнөкөткө айланган дем алуучу органдарынын ооруларына (трахеиттер, ларингиттер, бронхиттер) какырыкты жумшартуучу дары катары дайындашат. Эфир майынын спирттеги эритмеси ревматизм ооруларына ооруну басылтуучу дары катары пайдаланылат. Ветеринария практикасында кеңири колдонулат. Эфир майы оптикалык максатта өтө керектелүүчү, иммерсион майын даярдоо үчүн колдонулат.

Демдөө ыкмасы. Арчанын майдаланган мөмөсүнөн 2 чай кашык алып 1 стакан кайнак сууда термосто 3 саатка чейин демдеп, чыпкалагандан кийин бир чоң кашыктан үч маал тамактанууга чейин 20—30 минут калганда ичсе болот. Бирок көп убакытка чейин жана дарылык дозасын көбөйтүп ичүүгө болбойт. (Бөйрөк ооруган мезгилде да ичүүгө болбойт).

Сырткы дарттарды дарылоо үчүн мөмөсүнүн суудагы кайнатмасын ванна түрүндө колдун-буттун муундары ооруганда колдонсо болот: 200—300 г арчанын мөмөсүн 1 литр кайнак сууда бир саат демдеп, андан кийин 5—8 минут кайнатып, 15 минут дагы демдеп, чыпкалап кайнатманы ванна үчүн пайдаланат.

Жапалак арчасы — можжевельник туркестанский
Juniperus turkestanica
Арчалар тукуму — Cupressaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү

Узундугу 2 м чейин келген калың шактуу бир үйлүү же эки үйлүү жыгач же жерге жайылып өсүүчү бадал өсүмдүк. Жалбырактары түрпү же ийне жалбырактуу түрүндө кезигет. Ийне жалбырактарынын узундугу 2 мм жакын, өңү ачык-жашыл, төмөн жагынан өтө жазыланып кетет. Тобурчактары жемиш сымал, шар түрүндө же сүйрү, кара-күрөң же бозомтук

кара көгүш кабыгы бар, сырты жумшак, даамы ширин. Жалгыз чоң уруктуу, узуну 9 мм чейин жетет.

Деңиз деңгээлинен 1000 м ден 3000 м чейинки бийиктикте жайгашкан тоолордун боорлорунда, шагыл таштуу топурагы аз жерлерде өсөт. Субальпы алкактарында кеңири тараган, ал эми Ички Тянь-Шань, Талас, Чаткал, Фергана, Алай тоолорунун альпыларында жерге жастанып өсөт.

Химиялык составы. Жаш чырпыктарында жана тобурчак жемиштеринде эфир майы, канттар, боёмо заттар, мом, флавоноиддер, алма, кумурска, уксус кислоталары бар.

Жапалак арчасынын эфир майы — пиненден, цедролдон, терпинеолдон, кардиненден жана башка компоненттерден турат.

Колдонуу. Илимий медицинада эфир майынын 5%түү цедроль фракциясынын касторка майындагы эритмесин, сөөк (остеомиелит) ириң жараатгарды айыктыруучу дары катары колдонушат.

Теңге гүл — ноготки лекарственные (календула)
Calendula officinalis
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьесу — гүлдөрү

Бир жылдык чөп өсүмдүк. Өсүмдүктүн тулку бою — безчелүү-түктөр менен капталган жагымсыз жыты бар. Сабактары түз келип, бутактуу. Жалбырактары кезектешип жайгашкан тере караган жумуртка формасындагы төмөнкүлөрү — саптуу, жогоркулары сабаксыз. Гүлдөрү кызгылт, диаметри 3,5(8) см, жалгыздан чоң себетчелерге биригишкен, шар сымал — жалпагай оромолору бар. Мөмөсү кайык сымал сүйрү уруктар; уруктарынын баарынын үрпөкчөлөрү жок. Июль-августта гүлдөйт. Газондордо өстүрүүчү коздук өсүмдүк. Ал эми, Пржевальскидеги «Арашан» совхозунда теңге гүлү, медициналык максаттар үчүн өстүрүлөт.

Даярдоо. Гүлдөрүн текши гүлдөгөн маалында жыйнашат, себетчелери бара-бара майдаланып кетсе да, жай бою 20 жолу жыйнаса болот. Гүл себетчелерин түбүнөн же 3 см калтырып узун эмес гүлдү сабы менен кошо кесишип дароо кургатууга жөнөтүшөт. Жакшы вентиляцияланган температурасы 40—50°тан ашпаган оттун табы менен аба кургаткычтарында же желдеп турууучу караңгы имараттарда кургатылат.

Даяр сырье гүл сабы жок же алардын бир аз калдыктары бар бүтүн гүл себетчелер болот. Аларды фанерден жасалган таза кагаз төшөлгөн ящиктерге 20 кг дан салып, желдеп турган караңгы жайларда сакташат.

Химиялык составы. Гүлдөрү каротиноиддерге, пигменттерге, каротинге, лакопинге бай, мындан тышкары ашатуучу, чайырлуу, ачуу (календен) заттары, эфир майы, органикалык кислоталар, алкалоиддердин издери, флавоноиддер (изорамнетин, нарциссин), сапониндер, фитонциддер бар.

Колдонуу. Дары тенге гүлүнөн даярдалган шыбалма май жана спирт-суудагы ачытмасы майда жарааттарды, кесилген жерлерди, жараланган жана күйгөн, үшүк алган жерлерди дарылоо үчүн айыктыруучу дары катары пайдаланылат: ангина болгондо жана ооз, тамак көңдөйүндөгү башка ооруларга тамакты чайкаш үчүн да пайдаланылат. Какырыктар чыгаруучу, чөп кошулмалардын составына да кошулат. Өт сүрдүрүүчү дары катарында, никотин кислотасы менен бирге жасалган таблетка түрүндө колдонулат.

Фармакологиялык изилдөөлөр календуланын спирттүү-суу менен алынган экстракттарынын денени тынчтандыруучу, артериялык басымды төмөндөтүүчү таасирин табууга мүмкүндүк берди. Календуланы энтигүү, шишип кетүү, жүрөктүн кагышы бузулуу менен коштолуучу бир катар жүрөк-кан тамыр ооруларына пайдаланышат. Мында календуланын седативдүү, жеңил гипотензивдүү таасиринен улам жүрөктүн иштеши калыбына келип, шишиктер азаят. Өзгөчө спиртсуудагы ачытмасы менен боору жана өттүн жолдору ооруган адамдарды дарылаганда жакшы натыйжа алынган.

Демдөө ыкмасы. Дары тенге гүлүнөн 2 чоң кашык алып 2 стакан кайнак сууда 15 минуттай демдеп, чыпкалап жарым стакандан 3—4 маал ичсе болот. Сырткы дарттарды дарылоо үчүн, чылама даярдаганда гүлүнөн 4 чоң кашык алып 2 стакандан кайнак сууда демдеш керек. Кээ бир убактарда тенге гүлүнүн организмге тийгизген таасиринен оорулуу адамда аллергия пайда болуп калышы мүмкүн.

Чычырканак — облепиха крушиновидная
Hyppophae rhamnoides

Жийделер тукуму — Elaegnaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү, майы

Бийиктиги 4—6 м келген жыш бутактуу тикенектүү бадал. Жаш сабактары алгач күмүш түстүү, кийин коңур күрөң болуп кетет, ал эми кыска бутакчалары тикенектүү болуп кетет. Жалбырактары кезектешип жайлашкан, шуштугуйраак, жалбырагынын үстү жагы күңүрт-жашыл, асты жагы — күмүштөй ак болот. Гүлдөрү бир жыныстуу, бир үйлүү, майда, сары болот. Мөмөсү шар сымал жалтырап, сары, данектүү. Апрелде-майда гүлдөйт, сентябрда мөмө берет.

Суу бойлорунда, шагылдарда, токой тилкелеринде Ысык-Көл өрөөнүндө, Нарын дарыясынын куймаларында кезигет; Талас суусунда жана анын куймаларында топ-топ болуп өскөн бадалдары бар. Орто Азияда кеңири тараган; витаминдүү жана декоратив өсүмдүгү катары (Молдавия, Кавказ) өстүрүлөт. Тикенексиз түрлөрү кыйыштыруу жолу аркылуу табылган.

Даярдоо. Чычырканактын ашы суук түшкөндөн кийин кеч күздө же кыш башталганда жыйналат. Бутактарда тоңуп калган ашын бадалдын астына төшөмөл жайып күбүп жыйнап алат; мөмөлүү бутактарын кесип алып, тоңуп калган ашын силкип жыйнап алышат. Тоңуп калган ашы узакка жакшы сакталат жана ташып кетүү учурунда бузулбайт. Тоңгон түрүндө мөмөсүн корзинкелерге же ящиктерге салып, чычырканак майын алуу үчүн кайрадан иштетүүчү заводго жөнөтүлөт.

Химиялык составы. Ашы (мөмөсү) — E, C, B_1, B_2 витаминдери, фолиев кислотасы, каротиноиддери, канттуу, ачыткыч заттары, органикалык кислоталары көп, сырьё болуп саналат. Жаш бутакчаларынын кабыгынын составында гиппофаин (серотонин) бар, анын коркунучтуу шишик ооруларына каршы активдүүлүгү бар экендигин эксперименттик изилдөөлөр көрсөттү. Серотонин маанилүү метоболит катары илимпоздордун көңүлүн буруп келатат. Чычырканактын майында (заттардын алмашуусун жөнгө салуучу) E, A, Г витаминдери, K, B_1, B_2, B_6 витаминдери жана олеин линол, пальмитин кислоталарынын глицериддердин аралашмасы, ошондой эле канттарда бар. Чычырканак майы: рентген нурларынын кесепе-

тинен жабыркаган теринин жараттарын айыктыруу жана оору күчүн басылтуучу катары пайдаланылат; гинекология практикасында жатын моюнчаларынын кольпит, эрозия ооруларына чалдыкканда; ашказандын жаратын жана авитаминоз ооруларын дарылоодо кеңири колдонулат. Чычырканак майын гайморит, өнөкөт тонзиллит, ошондой эле пульпитти жана периодонтиттерди дарылоодо колдонулат. Спиртте ачытып алынган кабыктын экстракты рентгенотерапия менен кошо колдонуучу препараттардын составына кирет. Чычырканактын мөмөлөрүн витаминдүү, ликёрди, ичимдиктерди, вареньелерди даярдоо үчүн кеңири пайдаланышат.

Ак-Суу районунун шартында тикенексиз жана жемишинин майлуулугу жогору чычырканак өстүрүү плантациясы экспериментке коюлган. Академик А. А. Алтымышевдин жана анын кызматкерлери тарабынан чычырканактын дарылык касиеттеринин негизинде бир нече препараттар-адаптогендер иштелип чыккан.

Какым — одуванчик лекарственный
Taraxacum officinale
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьёсу — тамыры, чөбү менен

Какым — сүттүү ширеси бар көп жылдык өсүмдүк. Тамыры сөңгөктүү, бутактаган тамырчалары көп болот. Жалбырактарынын бардыгы тамыр моюнчасында чогулган. Жалбырактары ланцеттей, өтө көп, терең канаттай оюктуу. Гүл сабактары (алар бир нече ортосу көңдөй, бийиктиги 5—30 см. Топ гүлдүү, түсү саргыч келип, жалгыз себетчеден турат. Мөмөсү ийик сымал, узатасынан келген уругунун түсү бозомук күрөң, үстү учтуу томпок, ичке түктөрдөн турган үрпөкчөлөрү бар. Мөмөсү гүлдөгөндөн кийин учуучу уруктары менен шарга окшоп жумшак үлпүлдөк болуп калат. Шамал болгондо уруктары каалгып учуп кетет. Апрель-майда гүлдөйт, июнь-июлда мөмө берет.

Какым бүт республика боюнча шалбааларда, токой-талааларда, бактарда, парктарда, жолдун бойлорунда жолугат жана ал сырьё менен жергиликтүү дарыканалардын муктаждыгын толук камсыз кыла алат. Элдүү пункттардагы бактарда жана парктарда, ошондой эле шалбааларда баарыдан көп жолугат.

Бийик тоолордо өспөйт. Алар таркаган аймактар Тескей Ала-Тоо (Покровка кыштагы), Чүй өрөөнү (Фрунзе шаарынын чет жакалары, скверде. бакта, паркта), Кыргыз тоо кыркасы (Татыр, Боз-Бөлтөк).

Даярдоо. Какымдын тамырын күзүндө (сентябрь-октябрь) же эрте жазда гүл сабактары өсүп жетилгенге чейин жаңыдан өсө баштаганда (апрелде) даярдашат. Аларды күрөк менен казып, топурактарын силкийт, жердин үстүңкү бөлүгүн даярдаганда тамыр муунагы менен ичке каптал тамырларын кесишет жана тезинен муздак суу менен жуушат. Таза абада же салкын жайларда сүт ширелерин бөлүп чыгарбай калганга чейин (3—4 күн) кургатышат, андан кийин жылуу жайларда же жакшы вентиляциялуу температурасы 40—60° кургаткычтарда кургатышат.

Даяр сырьёсу узуну 12 см ге чейинки жана жука жагынан калыңдыгы 3 мм чейинки сөңгөк тамырлардан турат, сөңгөк тамырлары кээде буралган, сырткы өңү күрөң же кара күрөң болот. Сындырганда кабыгы бозомтук ак, сөңгөк ичи сары жыгач болот. Жыты болбойт, даамы ачуу.

Жакшы желдей турган, кургак жайларда сакташат.

Химиялык составы. Тамырында кыйла сандагы ачуу заттар (тараксацин), чайыр, инулин, кант, ошондой эле былжырлуу заттар, ашаткыч заттар, сапониндер, органикалык кислоталар, каротиноиддер, флавоноиддер (апигенин, лютеолин), холин, стерин, никотин кислотасы бар; жалбырагы С, B_2 витаминдерине бай.

Колдонуу. Тамакка табитти ачуучу жана тамак сиңдирүүнү жакшыртуучу катары, өт сүрдүрүүчү дарылык касиети болгондуктан боор, өт ооруларында өттү тазалоочу катары, ич жумшартуучу катары колдонулат. Дарылык формасы — коюу экстракт, ашказан жана аппетит чөп кошундулары. Пилюль дарысын даярдоо дарыканалар практикасында пайдаланылат. Какымда тамак-аштык үчүн, жалбырактары салат үчүн, тамырлары (куурулган) дарылык касиети бар суррогат кофе даярдоо үчүн пайдаланылат.

Демдөө ыкмасы. Какымдын майдаланган тамырынан же чөбүнөн 1 чоң кашык алып 2 стакан кайнак сууда 1 саат демдеп, чыпкалап жарым стакандан 3—4 маал тамактануудан 30 минут мурун ичсе болот.

Сырткы дарттарды дарылоо үчүн (сепкил тактарын, күйүктөр, чыйкан) 2 чоң кашык майдаланган тамырын 1,5 стакан кайнак сууда 15 минут кайнатып, чыпкалап муздагандан кийин, чүпөрөктүү кайнатмага чылап жараттуу жерге басат.

Койчу баштыгы — пастушья сумка обыкновенная
Capsella bursa-pastoris
Кайчылаш гүлдүүлөр тукуму — Brassicaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Тамыр моюнчасынан өнүп чыккан жалбырактары менен бирге бийиктиги 50—60 см келген бир жылдык чөп өсүмдүк. Сабактары жалкы, тике өсөт. Тамыр моюнчасынан өскөн жалбырактары саптуу сүйрү келип ланцеттей шуштугуй жээктери бүтүн же таарынды сымал оюктуу; жогорку жалбырактары бүтүн болот. Ак, көрксүз кичинекей гүлдөрү узун чагыдай топ гүлгө топтолгон. Чагыдай топ гүлдөрү сабактардын жана бутактардын учтарына жайланышкан. Мөмөсү — үч бурчтуу оюктуу саадак кабыктуу, бириккен жагын карай кууш болуп кетет. Уруктарынын формасы эллипси сыяктуу, күрөң.

Бүт республика боюнча өрөөндөрдөн тартып, бийик тоолуу жерлерге чейин, кыштактарга жакын, жолдордун, арыктардын бойлорунда, огороддордун тегерегинде кеңири тараган. Кадимки эле отоо чөбү, булардын жаратылыштагы өскөн запасы дарыкана тармагынын муктаждыгын камсыз кыла алат.

Даярдоо. Чөптү мөмө байлай баштаганда даярдашат. Чөптү тамырынан кыркышып, кошулуп калган тамырларын алып салышат, чөптү чатырларга же бастырмалардын алдына кагазга же кездемеге жука кылып жайып кургатышат.

Даяр сырьесу 30 см чейинки узун, гүлдүү жашыл жалбырактуу сабактардан, майда саргыч ак жана быша элек дүмбүл мөмөлөрдөн турат. Жыты начар, даамы ачуураак, былжырлуу.

Жакшы желдей турган, кургак жайлардагы стеллаждарда сакташат.

Химиялык составы. Чөптүн составында калий жана башка элементтер көп, К, С витамини, ашаткыч заттар, сапониндер, эфир майы, органикалык кислоталар (алма, вино), флавоноиддер (рутин, лю-

теолин), буреин алкалоиди, фитонциддер бар. Чөптүн химиялык составы жетиштүү изилдене элек. Уруктарынан коюу май жана анча чоң эмес сандагы алило майы табылган.

К о л д о н у у. Өсүмдүк мурдатан бери эле ички кансыроону токтотуучу, жатын булчуңдарынын жыйрылып иштешин күчөтүүчү каражат катары колдонулат. Ал артерия кан басымын бир аз түшүрөт, заара бөлүп чыгарууну күчөтөт. Суудагы демдемеси жана суюк экстракты гинекология практикасында ички кансыроону токтотуучу каражат катары колдонулат, сезгенген бөйрөктү дарылаганда жакшы натыйжа берет. Койчу баштыгы официналык кан токтотуучу чөп кошулмалардын составына кирет.

Кадимки танацетум — пижма обыкновенная
Tanacetum vulgare
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьесу — топ гүлү

Көп жылдык чөп өсүмдүк. Тамырсабагы сойлоп өсөт, көп баштуу. Сабактары өтө көп, тике өсөт. Жалбырактары кезектешип орношкон эллипси формасында, эки ирет тилинген. Гүл себетчелеринин диаметри 5—8 мм, кылда учундагы жыш калканчага топтолгон. Гүлдөрүнүн бардыгы сары. Мөмөсү сүйрү урук. Июлдан октябрга чейин гүлдөйт жана мөмө берет.

Короо-жай тегерегинде, жолдордун чет жакаларында, суулардын жээктеринде, тоолордун чөптүү жантаймаларында, талааларда, ички Тянь-Шань тоолорунун субальпы алкактарына чейинки арча жана токой тилкелеринде, Ысык-Көл, Кемин, Кыргыз жана Фергана тоо кыркаларында кездешет.

Д а я р д о о. Топ гүлдөрүн — ачык-сары себетче калкандарын гүлдөгөн мезгилинде 3 см ден кем эмес узундукта бычак менен кесип же орок менен оруп жыйнайт. Чатырларда же температурасы 36°тан жогору эмес кургаткычтарда кургатышат.

Даяр сырье жалгыз жарым шар сымал калканча майда түтүктүү, эки жыныстуу сары гүлдөрдөн турат, жылаңач гүл жайгашкычта жайгашкан, тегереги бүтүн черепица сыяктуу, өңү күңүрт жашыл ланцеттей оролгон жалбырактуу.

Ушалап майдалаганда өзүнчө жыты бар, даамы ачуу, жакшы жыттуу.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Топ гүлүндө эфир майы бар, анын составына камфора, туйон, борнеол, пинен кирет; алкалоиддер, ашаткыч жана ачуу заттар, флавоноиддер лютеолин, кверцетин табылган.

К о л д о н у у. Топ гүлү порошок түрүндө жана суудагы демдемеси аскаридоз, (острица) чүчөк курттарына каршы жана холециститтерде жана гепатиттерде өт тазалоочу каражат катары пайдаланылат. Топ гүлдөн алынган танацин деп аталуучу флавоноиддердин суммасы өт сүрдүрүүчү дары катары уруксат этилген. Өсүмдүктүн жер үстүндөгү бөлүгүндө ошондой эле инсектициддүүлүк касиет бар.

Бака жалбырак — подорожник большой
Plantago major
Бака жалбырактар тукуму — Plantaginaceae
Дарылык сырьёсу — жалбырактары

Бака жалбырак тамырсабагында розеткасы бар көп жылдык отоо чөп өсүмдүгү. Тамыры ичке чачылуу. Жалбырактары жазы жумуртка сымал, догоо түрүндөгү 3—9 тарамыштанган жана узун саптуу. Топ гүлү — көрксүз жука кабыктуу күрөң гүлдөрдөн турган узун машак. Мөмөсү жумуртка сымал көп уруктуу кутуча. Уругу майда, кырдуу, бозомтук-күрөң. Май айынан августта гүлдөйт, июнь-сентябрь айларында мөмө берет.

Бака жалбырак жолдордун боюнда, талааларда жана огороддордо өсөт. Бүт Кыргызстан боюнча шибердүү аянттарда сейрек өсөт.

Д а я р д о о. Бака жалбырактын жалбырагын жайында, гүлдөгөн мезгилде кол менен үзүп же бычак менен кесип, орок менен оруп алышат. Розеткасын тамырсабагы менен кесүү — сунуш кылынбайт. Бул болсо өсүмдүктүн тезинен жок болуп кетишине алып келет. Жакшы вентиляцияланган чатырлардын же бастырмалардын алдына, жука кылып жайышып тез кургатышат, жай кургатуу сырьенун бузулуп кетишине алып келет (жалбырактары карарып кетет). Кээде уруктарын жыйнашат.

Даяр сырье узундугу 12 см чейин, жазылыгы 8 см жакын, чекелери бүтүн же азыраак тиштүү, жылаңач, узундугу 5 см чейин сабы менен жазы жумуртка сымал жашыл жалбырактардан турат. Жыты болбойт. Даамы бир аз ачуураак.

Кургак, жакшы желдей турган жайларда сакташат.

Химиялык составы. Сырьедо ачуу, ашаткыч заттар, полисахариддер, аукубин гликозиддери жана катамиол, С, К витаминдери, каротин, алкалоиддердин тактары, органикалык кислоталар, сапониндер, фитонциддер, флавоноиддер, ачуу даамдуулар бар.

Колдонуу. Бака жалбырактарда суук тийгенге каршы, жараны эрте айыктыруучу, какырык чыгаруучу баалуу дарылык касиеттер бар. Жалбырактарынын суудагы демдемеси жана кайнатмасы дем алуу органдары ооруганда, ичеги-карын катуу сезгенгенде (жараат ооруларга, гастриттерге) колдонулат. Жалбырактардын суудагы демдемеси көбүнчө сергитүүчү жана табитти жакшыртуучу каражат катары да колдонулат. Бронхитте, кургак учук менен ооруп калганда какырыкты жакшы жумшартат.

Уругунун кайнатмасында заңы катканда ичти жумшартуучу касиет бар. Жалбырактарынын ширеси өнөкөт колит жана ичеги-карындын катуу ооруларын дарылоо үчүн сунуш кылынат. Өсүмдүктө фитонциддердин болушу препараттардын антимикробдук таасири менен шартталат. Суудагы демдемеси жана жалбырактарынын жаңы ширеси жараны тез айыктырууга жана («плантоглюцид» препараты) ашказандын жара ооруларын дарылоодо жакшы жардам берет. Жакшы жуулган таза жалбырактары ириңдүү жараларга, чыйкан чыкканда компресс түрүндө пайдаланылат. Бака жалбырактардын башка түрлөрүн (шуштугуй жана орточо жалбырактарын) пайдаланууга уруксат берилет.

Демдөө ыкмасы. 1 чоң кашык бака жалбырактын майдаланган жалбырагын 1 стакан кайнак сууда 20—30 минут демдеп, чыпкалагандан кийин, тамак ичерден 30 минут мурун 1 чоң кашыктан 3—4 маал ичсе болот. Ашказандын маңызындагы туз кислотасы көп болуп ооруган, гастрит оорусуна ичүүгө болбойт.

Ичке бака жалбырак — подорожник ланцетный
Plantago lanceolata
Бака жалбырактар тукуму — Plantaginaceae
Дарылык сырьесу — жалбырагы

Ичке бака жалбырак жалбырактардын тобу жай-

гашкан, тамырсабагында розеткасы бар, көп жылдык отоо өсүмдүк. Тамыры сөңгөктүү. Гүл сабактарынын узундугу 2,5—7,0 см, кырдуу, түктүү. Узун цилиндрдей машак баш болуп бүтөт. Гүлдөрү майда, көрксүз. Мөмөсү — эки уруктуу кутуча. Уругу сүйрү, узунча — тегерек. Июнда гүлдөйт, июлда мөмө берет.

Республика боюнча айдалбаган жерлерде, арыктардын, жолдордун бойлорунда кезигет. Кадимки эле отоо чөп. Даярдап жыйнап алуу жергиликтүү дарыкана тармактарынын муктаждыгын толук камсыз кыла алат.

Д а я р д о о. Жалбырактарын гүлдөгөн мезгилинде бутагын бир аз калтырып, кол менен үзүп алышат. Кагазга же кездемеге жукалап жайып, мезгил-мезгили менен аралаштырышып, тез кургатышат.

Даяр сырье узундугу 15 см жакын, жазылыгы 2—2,5 см асты жагы булалуу жалбырактардан турат. Жыты болбойт, бир аз ачуураак даамы бар. Таңгактап коюшат. Кургак, жакшы желдей турган жайларда сакташат.

Орточо бака жалбырак — подорожник средний
Plantago media
Бака жалбырактар тукуму — Plantaginaceae
Дарылык сырьесу — жалбырагы

Тамыры түйүндүү эллипси формасындагы жалбырактуу көп жылдык өсүмдүк. Гүл сабагы цилиндр формасында узундугу 14—20 (40) см келип машак менен бүтөт. Гүлдөрү бозомтук-кызгылт. Мөмөсү 2—4(6) уруктуу кутуча. Уругу кайык сымал кара жол-жол кыры болот. Майда-июнда гүлдөйт, июлда-августта мөмө берет.

Жолдордун, арыктардын бойлорунда өсөт. Кочкор өрөөнүндө (Төлөк, Кара-Койчу капчыгайында) көп өсөт. Отоо чөп. Бул өсүмдүктү жыйнап алуу жергиликтүү дарыкана тармактарын камсыз кыла алат.

Д а я р д о о. Жалбырактарын гүлдөгөн мезгилинде кол менен үзүп же бычак менен кесип алышат. Жалбырактары себетке же баштыкка ныктабастан салынат. Жакшы вентиляциялуу чатырлардын же бастырмалардын алдына кагазга жукалап жайышып кургатышат. Даяр сырье эки жагы тең бодуракай түк менен капталган, сабы жалбырак пластинкасынан

бир нече эсеге кыска болот, 3/—5 тарамыштанган эллипси сыяктуу жашыл жалбырактардан турат. Жытсыз, даамы бир аз ачуураак. Кургак, жакшы желдей турган жайларда сакташат.

Эрмен шыбак — полынь горькая
Artemisia absinthium
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Бийиктиги 150 см чейинки көп жылдык өсүмдүк. Өсүмдүк бүт бойдон тыгыз кыска түк менен капталган, өңү бозомтук-көгүш тартып турат. Тамыры жоон. Сабактары түз өсөт, баш жагы бутактуу. Тамырындагы жалбырактары узуң саптуу, үч бурчтуу келип тоголок, эки-үч ирет тереӊ оюктуу; сабагындагылары кыска саптуу, азыраак анча-мынча тилкелүү. Топ гүлү диаметри 3 мм жакын шар сыяктуу себетчелер бир капталына топтошуп салаңдап турат да, шыпыргыны элестетет. Мөмөсүнүн-уруктарынын узундугу 1 мм жакын, үрпөгү жок, кайыктын тумшугу сымал сүйрү. Июлда-августта гүлдөйт, август-сентябрда мөмө берет.

Арыктын жээктеринде суу бойлорунда, жайыттарда жана айдалбаган жерлерде, айдоолордо, шалбаалуу талааларда, токойлордун чет-жакаларында көп кездешет. Аны жыйнап алуу дарыкана тармагына өтө керектүү. Бул өсүмдүк (Фрунзе шаарынын чет жакаларында), Воронцовка айлында, Чоңкурчакта, Аспар суусунун бойлорунда, Кыргыз илимдер Академиясынын токой көчөттөрүнүн тоо этектеринде, «Санташ» совхозунда, Күнгөй Ала-Тоосунда, Кочкор өрөөнүндө, Кара-Кужур, Улакол өрөөнүндө, Ачы аймагындагы Көгарт суусунун боюнда, Ак-Терек өзөнүндө, Ош облусунун «Ийри-Суу» совхозунда тараган.

Даярдоо. Эрменди гүлдөгөн мезгилинде даярдап алышат, 25 см ден узун эмес сабагынын жалбырактуу учтарын кесип алып, ошондой эле ылдый жагындагы жалбырактарын да даярдашат.

Жакшы вентиляциялуу тунукелүү чатырлардын же бастырмалардын алдына жукалап жайып кургатат.

Даяр сырье сабагы 25 см дей, сабагы жоон эмес гүлдүү жумшак жалбырактардан турат. Жалбырактарынын үстү жашыл төмөн жагы күмүштөй агыш

болот. Жыттуу, ушалаганда өтө буркурайт, өтө ачуу даамы бар. Жакшы желдей турган кургак жайларда сакташат.

Химиялык составы. Эрменде абсентол — эфир майы бар, анын составдык бөлүктөрү азулен, туйол спирти, туйон кетон (уулу), пинен жана башка терпендер болуп саналат. Ачуу гликозиддер — абсинтин жана анабсинтин; былжырлуу, чыйырлуу, ашаткыч заттар, С витаминдери, каротин, фитонциддер, флавоноиддер, органикалык кислоталар (алма, янтарь) бар уулуу өсүмдүк.

Колдонуу. Эрмендин препараттары табитти ачууга жана тамак сиңирүүнү жакшыртууга жардам берүүчү ачуу каражат катары колдонулат. Эрменде, ошондой эле антисептикалык жана антигельминттик таасир этүүчү касиет бар. Эрмендин суудагы демдемеси, спирт-суудагы ачытмасы, экстракт жана кошулмалар түрүндө табитти ачуучу, ашказан, өт тазалоочу дарылар катары колдонулат. Ачуу эрмен, ашказан тамчыларынын, ашказан таблеткаларынын составына кошулат.

Медицинада эрмен менен катар эле кадимки эрмен да колдонулат. Анын айырмасы, жалбырактары жылаңач, жашыл, асты жагы бозумтук, канаттай терең оюктуу тилинген, топтошкон гүлү тарбагай. Республиканын дарыканаларынын муктаждыгы үчүн, дыйканчылык зоналарда өскөн эрмендин запасы жетишерлик.

Демдөө ыкмасы. 2 чай кашык эрмен шыбактын майдаланган чөбүн 1 стакан кайнак сууда 30 минут демдеп, чыпкалагандан кийин, 1 чоң кашыктан 4 маал тамак ичердин алдында ичсе болот. Боюнда бар аялдар ичүүгө болбойт. Узак убакытка чейин ичүү кустурууга жана аз кандуулукка алып келет.

Сөөкчөлүү ак куурай — псоралея костянковая
Psoralea drupacea
Чанактуулар тукуму — Fabaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү, тамыры

Сөөкчөлүү ак куурай бийиктиги 35—100 см келген көп жылдык бийик өскөн чөп. Сабагы 2, бутагы аз, ак түктүү. Жалбырактары сабактуу жөнөкөй, чети тиштүү, узундугу 3—5 см. Гүлдөрү күңүрт кызыл көгүш, чачылуу борпоң топ гүлгө топтолгон. Мөмөсү

тегерек боз туктүү буурчак. Май айынан июнь айына чейин гүлдөйт, июлда-сентябрда мөмө берет.

Чүй, Талас жана Фергана өрөөндөрүнүн токойлуу кыртыштарында өсөт. Тоо этектеринде, айдалбаган жерлерде жана кысыр аңыздарда отоо чөп катары көп жолугат.

Химиялык составы. Өсүмдүк фурокумариндерге: псораленге, изопсораленге, эфир майына, стероиддүү кошулма — друпацинге бай.

Колдонуу. «Псорален» препараты витилиго, чач оюлуп түшмө ооруларына жана теридеги ак тактарды дарылоодо активдүү таасир тийгизүүчү зат катары колдонулат. Көбүнчө таблетка, порошок жана спирттеги эритмеси түрүндө сырткы дарттар үчүн пайдаланылат.

Түркестан дүлөй чалканы — пустырник туркестанский
Leonurus turkestanicus
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү.

Көп жылдык чөп өсүмдүк. Сабагы жашыл, туктүү, узундугу 30—100 см, тике өсөт. Жалбырактарынын жээктери оюк-оюк тилкечелерге бөлүнгөн, формасы тегерек, үстү жагы туксүз, жылтырак, каралжын жашыл түстө, астынкы жагы бозомтук безчелери бар. Гүлдөрү коюу мутовкага чогулган, гүл жалбырактарынын колтугунда орношкон, сейрек узун топ гүлдөрдү түзүп турат.

Гүлдөрү эки эриндүү. Таажысы бозомтук-кызгылт. Гүл жанындагы жалбырактары шибеге сымал тикенектүү. Мөмөсү — узундугу 2—2,5 мм үч кырдуу жаңгакча. Июнь-июлда гүлдөйт, август-сентябрда мөмө берет. Нектары көп.

Талааларда жана тоолордо токойлуу алкактарда кургак шагылдуу боорлордо, арыктардын жээктеринде токойлордо өсөт. Жайыт отоо чөбү. Бүт республика боюнча кездешет. Бул өсүмдүктү даярдоодо жергиликтүү дарыкана тармактарынын муктаждыгын толук камсыз кыла алат. Акыркы мезгилде дары-дармек өсүмдүктөрүн өстүрүү плантацияларда өстүрүлөт.

Даярдоо. Сабагынын гүлдөгөн учтарын 40 см узундукта кайчылап, бычак же секатр менен кыркып

салышат. Кесилген чөптү чатырларда, бастырмаларда же ачык абада кургатышат.

Сырьёсу жалбырактуу сабак жана жалбырактарынын төмөнкү жоон бөлүктөрү жок гүлдөр түрүндө болот. Жалбырактары жалтырак каралжын. Жыты начар чөп жыттанат, даамы ачуу.

Кургак жайларда сакташат.

Химиялык составы. Чөптө алкалоиддер — леонурин, леонуринин, леонукардин, стахидрин, флавоноид (кверцетин, рутин, квинквелозид) жана сапонин, квинквелозид) жана сапонин гликозиддери, ашаткыч заттар, эфир майынын тактары жана А, С витаминдери бар.

Колдонуу. Өсүмдүктөн даярдалган препараттар денени тынчтандыруучу касиеттерге ээ, жүрөк-кан тамырларынын неврозуна, неврастения, гипертония ооруларына колдонулат, жүрөк кан тамырларынын иштеши жетишсиз болгондо, дененин шишигин азайтат, заара бөлүп чыгарууну көбөйтөт жана жалпы абалын жакшыртат. Өсүмдүк өзүнүн ооруну тынчтандыруучу таасири жагынан валериана чөбүнүн препараттарына караганда артыкчылыгы бар жана анын ордуна жумшалат. Суудагы демдемеси, настойка түрүндө колдонулат, ооруну тынчтандыруучу кошулмалардын составына кирет. Андан даярдалган препараттар нерв системасынын иштөө (функционалдуу) абалын нормалдаштыруучу каражат катары кеңири сунуш кылынат.

Кызыл мыя — солодка гладкая
Glycyrrhza glabra
Чанактуулар тукуму — Fabaceae
Дарылык сырьёсу — тамыры, тамырсабагы.

Узундугу 50—80 (150) см келген, тамыр системасы жакшы өнүккөн, көп жылдык чөп өсүмдүк, кызыл мыянын тамырсабагынан туурасынан бутакчалар өсүп чыгат (ак соёлор), ал эми жер астын карай жалгыз сөңгөктүү тамыры өсөт. Жалбырактары кезек менен орношуп жупсуз канаттай, 2 ден 9 га чейин жуп жалбыракчалары жумуртка сымал сүйрү болот. Жан жалбырактары майда, шибеге сымал ланцеттей шуштугуй. Гүлдөрү өөдүк-сөөдүк, сүйдаңыраак колтуктуу чачы топ гүлгө топтолгон, өңү бозомук-кызгылт, көк. Мөмөсү сүйрүрөөк келген түз же ийилме кабыктуу

буурчак (боб). Уругу бүчүр сыяктуу. Таттуу ширеге, нектарга өтө бай.

Өрөөндөрдө, айдалбаган жерлерде, арыктардын бойлорунда, эгин талааларынын ичинде, жер астындагы сууларга жакын жерлерде өсөт. Фрунзе шаарынын чет жакаларында (Бөрүлүү өзөндө), Орловка кыштагында, Фергана тоо кыркаларында (Кара-Дарыяда). Ош шаарынын чет жакаларында (Жаңы-Арык), Эски Ноокатта, Чүй жана Талас өрөөндөрүндөгү суулардын жана булактардын жээктеринде жолугат.

Ф. П. Зубаревдин маалыматы боюнча жергиликтүү дарыканалар тармагынын муктаждыгын Чүй өрөөнүнүн шартында кызыл мыянын тамырынын запасы камсыз кыла алат.

Д а я р д о о. Тамырын күзүндө жана эрте жазда күрөк менен казып, ал эми коюу болсо соко менен айдап жыйнайт. Казылган тамырларын жана ак соёлорун сабактуу бөлүктөрүнөн тамырсабактарынан тазалайт, топурагын силкип, тыгыздабастан борпоң кылып чөп үймөккө жыйып мезгил-мезгили менен оодарып турат. Кургатылган тамырларын сорттошот, карылыгы жетип эскирген тамырсабактарын, чириген жана сынып карарып кеткен тамырлары ыргытылып ташталат. Таза тамырларды алуу үчүн соолугандан кийин курч бычак менен кабыгын сыйрышат, андан кийин күнгө же кургаткычтарга кургатышат.

Даяр сырьё тамырларынын бөлүктөрүнөн жана узундугу ар кандай, калыңдыгы 5тен 50 мм ге чейин жана андан чоңураак цилиндр формасындагы жер астындагы өркүндөрдөн турат. Тамырлары жука пробкалуу кабык менен капталган, сыртынан өңү кара күрөң, сындырганда ачык сары булалуу. Жыты болбойт, даамы жүрөккө тийме, бир азыраак дүүлүктүрмө.

Жакшы желдеген кургак жайларда сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Кызыл мыянын тамырында жана тамырсабагында 23%тей глицирризин — сапонини бар ошондой эле глицирризин кислотасы жана анын калий жана кальций туздары, флавоноид кошулмалары ликвиритин, ликвиритозид, глицеррит кислотасы, аспарагин, кант, ачуу заттар — глицирамин, пигменттер, камедь, эфир майы, крахмал, пектин заттары бар. Дарылыгы глицирризиндин болушу менен шартталат.

Колдонуу. Кызыл мыянын препараттары какырык чыгаруучу, жумшартуучу жана оңой ич өткөрүүчү каражат катары кеңири колдонулат. Мыя организмдеги суу, туздун алмашуусун жөнгө салып турат, суук тийгенге каршы жана гипотензивдүү таасири бар.

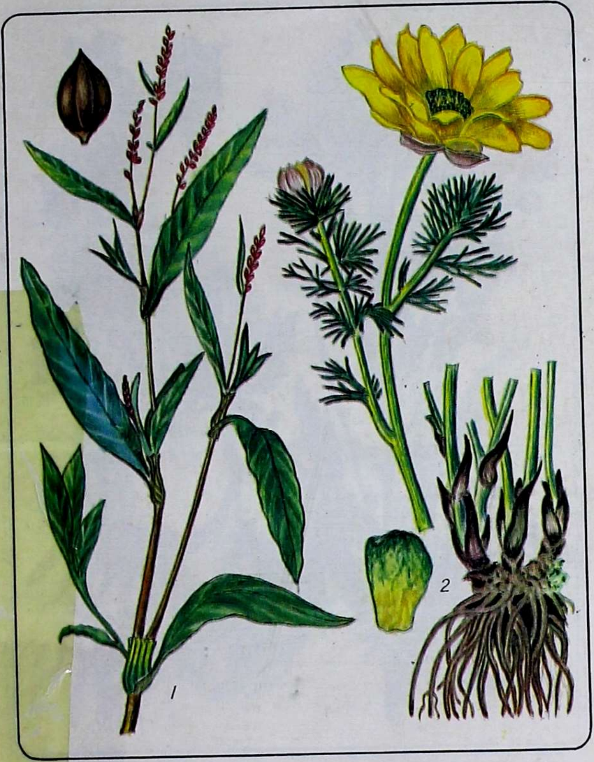
Медицинада татаал кызыл мыя порошогу, сиробу, коюу жана кургак экстракттар, көкүрөк эликсири, суудагы демдемеси колдонулат. Мыя какырык, заара чыгаруучу, ичти өткөрүүчү жана геморройго каршы кошулмалардын составына кирет, дары пилюлдарынын составдык бөлүгү жана алардын даамын жакшыртуучу дары болуп саналат. Глицирризин кислотасынын негизинде жасалган «глицирам» препараты бронхит астмасын, экзема, аллергиялуу дерматит ооруларын дарылоо үчүн пайдаланылат. Мыянын флавоноиддүү препараттарында спазмалык касиети бар жана ал он эки эли ичеги жана ашказан ооруларын дарылоо үчүн колдонулат.

Мыя тамак-аш өнөр жайында пивону, конфеттерди, халваны ж. б. даярдоодо, боёкторду, сыяларды, тамекини жана көбүк чыгаруучу (өрт өчүргүч) өндүрүшүндө кеңири пайдаланылат.

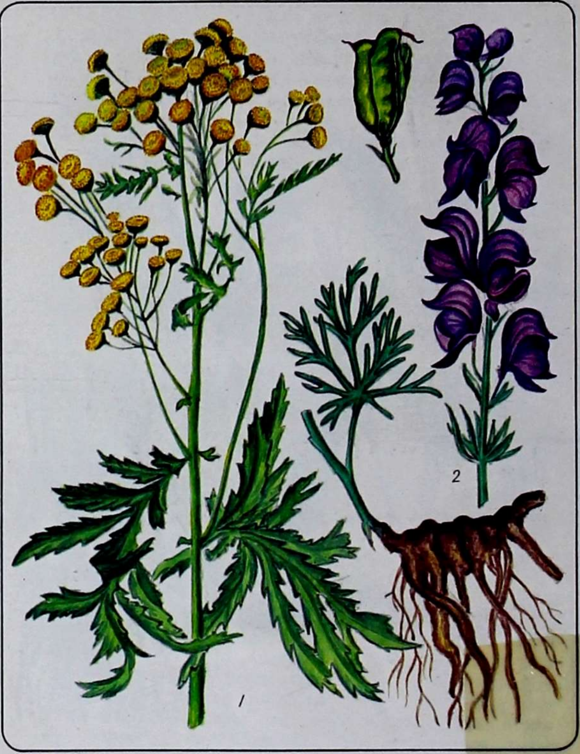
Урал кызыл мыясы — солодка уральская
Glycyrrhiza uralensis
Чанактуулар (боб) тукуму — Fabaceae
Дарылык сырьёсу — тамыры, тамырсабагы

Бийиктиги 40—70 (100) см келген, тамыры жана тамырсабагы жыгачка окшогон көп жылдык өсүмдүк. Жалбырактары кезектешип өсөт, 2—8 жуп жалбырактары болот, жумуртка сымал же эллипси формасында тарамышчаларында түктөрү бар. Өңү кызгылт-көк, жыш чачы топ гүлгө топтолушкан. Мөмөсү — чанагы, имерилишкен тар түрмөкчөгө тыгыз оролгон, мончок сымал чанактарынын капталында тикенек бизчелери болот. Майда-июлда гүлдөйт, августта-сентябрда мөмө берет.

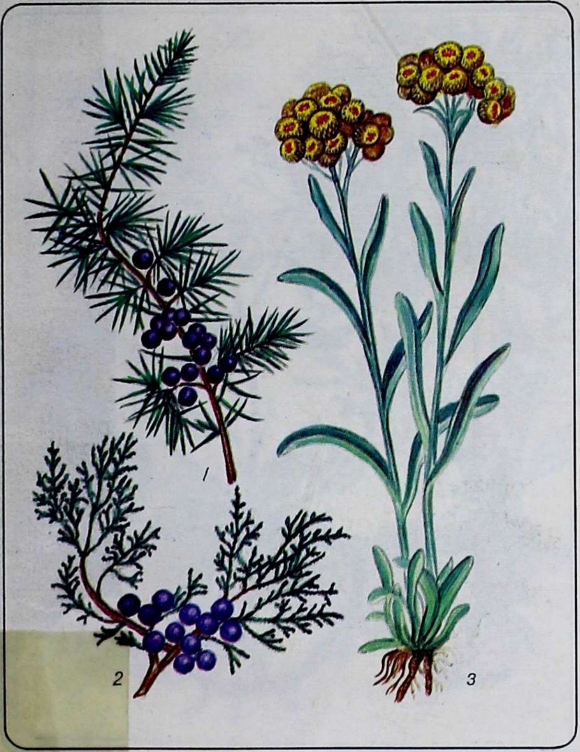
Арыктардын боюнда, суулардын куймаларында, шалбааларда өсөт. Чүй өрөөнүндө — Ивановка кыштагында (Чүй суусунун жээги), Чумыш каналында, «Васильевка», «Камышановка», «Степное» совхоздорунда, Кара-Балтада, «Чалдыбарда», Ысык-Ата суусунун баш жагында өсөт.



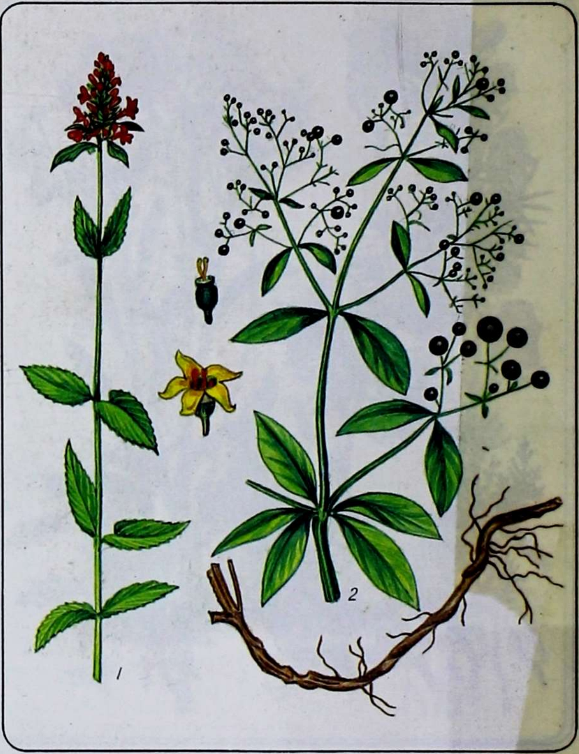
1. Суу кымыздыгы
2. Түркстан адониси



1. Кадимки танацетум
2. Уу коргошун



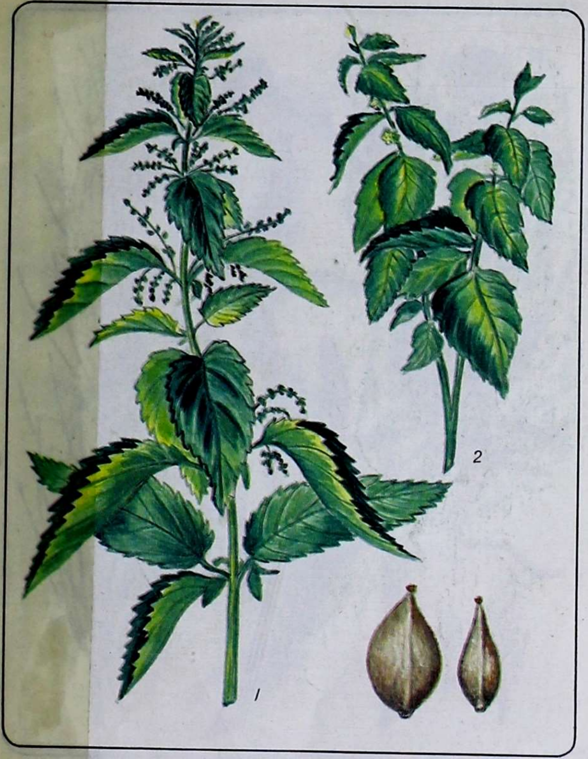
1. Кызыл арча
2. Кара арча
3. Самарканд өчпөс гүлү, бозынач



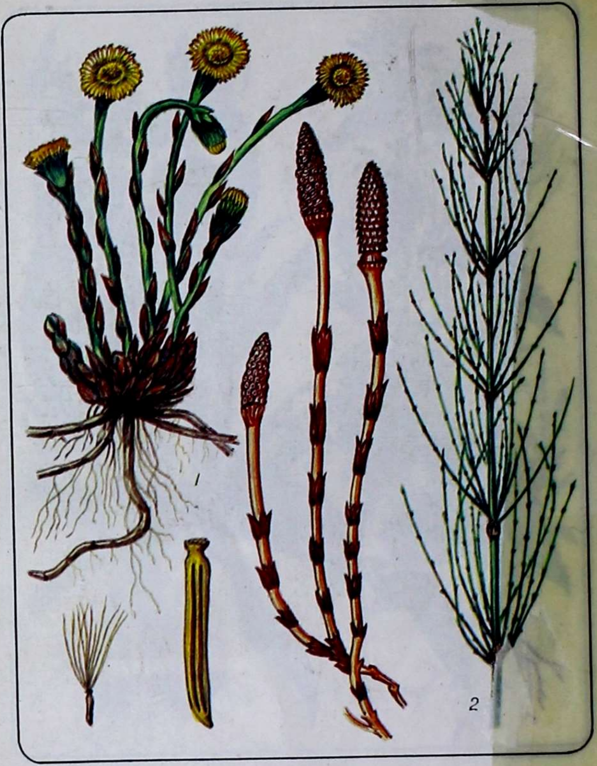
1. Жалбырактуу бетоника
2. Боёчу марена

1. Сасык тармал чөп
2. Адрашман

1. Ичке бака жалбырак
2. Боз даргын



1. Чалкан
2. Ак сергеш



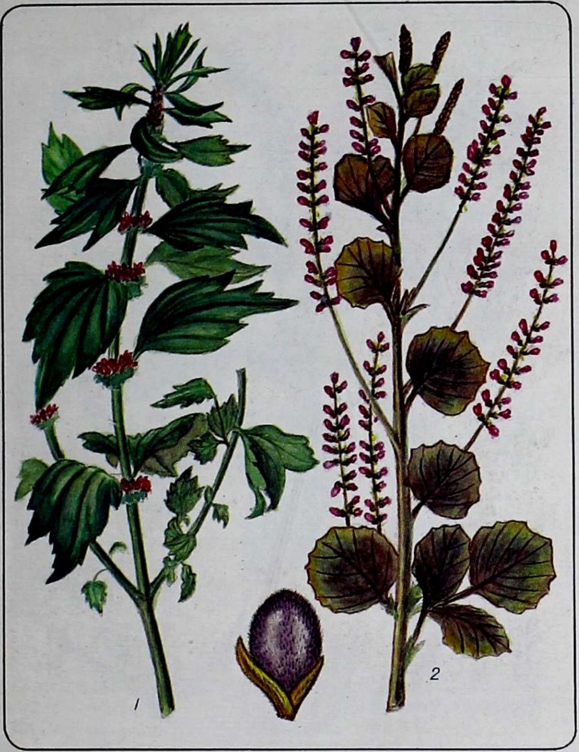
1. Өгөй эне
2. Кырк муун

1. Дары тенге гүлү
2. Чекенди

1. *Бака жалбырак*
2. *Чычырканак*

1. Какым
2. Ит уйгак

1. Кызыл мыя
2. Койчу баштык



1. Түркстан дүлөй чалканы
2. Сөөкчөлүү ак куурай

1. Қаз таңдай
2. Дәрі шалфейі

Ф. П. Зубаревдин маалыматы боюнча Чүй өрөөнүндө тамырдын запасы 51000 ц түзөт.

Медицинада кызыл мыя менен барабар колдонулат.

Коко тикенек, чогойно — татарник обыкновенный
Onopordum acanthium
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьёсу — чөбүнүн гүлдөгөн бөлүгү.

Сабагы жалпы желе сымал түк менен капталган, бутактуу, өтө тарбагай эки жылдык тикендүү өсүмдүк. Жалбырактары чоң, тери сымал, жээги тикенектүү келип айчыктуу. Тамыр жалбырактары сабактуу болот. Сабагынын жогору жагындагы жалбырактары улам азая берет. Жалбырактарынын айчыктары сайып алма тикендүү, учтары тикенек менен бүтөт. Гүлдөрүнүн өңү кара кочкул, топ гүлдүү себетчелерге топтолгон. Себетчелери жумуртка сымал шар формасында 1—3төн болуп бутактарынын учтарында жайгашкан. Оромо жалбырактары саптуу, жогору жагында көп сандаган учтуу тикенектери бар. Мөмөсү — уругу узатасынан кырдуу жана туурасынан бырыштуу, Үпүчөлөрү түшмө, өңү кызылыраак, түп жагы бекем. Июнь-июлда гүлдөйт, июль-августта мөмөсүн берет.

Дыйканчылык зоналарда, республиканын бардык бош жаткан жерлеринде отоо чөп өсүмдүгү катары кеңири тараган.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Жалбырагында алкалоиддер, гликозиддер, ачуу, чайырлуу, ашаткыч заттар, сесквитерпен лактону аркциопикирин, С жана К витаминдери бар. Уруктарынан кургап кетүүчү коюу май жана алкалоиддер табылган.

К о л д о н у у. Бир катар өлкөлөрдүн медициналык практикасында коко тикендин, чогойнонун препараттары ириндеп сезгенген терилерге бактерициддүү каражат катары колдонулат. Коко тикендин, чогойнонун, препараттары уусу аз, жана кардиотониялык, кан токтотуучу касиетке ээ экендиги илимий негизде аныкталган.

Сары мыя — термопсис ланцетный
Thermopsis lanceolata

Чанактуулар тукуму — Fabaceae
Дарылык сырьесу — чөбү, уругу

Узундугу 10дон 50 см ге чейинки көп жылдык өсүмдүк. Тамырсабагы узун, анча көп эмес тамыры жерге жайылып төшөлүп өсүүчү өсүмдүк. Сабагы түз, түктүү жалбырактары кезектешкен, үчтөн жалбырак сымал чоң жан жалбырактуу, жалбыракчалары сүйрү. Топ гүлү — 2—6 мутовкадан турат. Үч жарыгында калың эмес чачылуу топ гүлү бар. Гүлдөрүнүн өңү ачык-сары, кыска гүл сабак мутовкаларында жайгашкан узун чачылары топ гүлдү түзүп турат, таажычалары беш айчыктуу, буурчак сымал. Мөмөсү узундугу 5—6 см келген чанак. Бөйрөк сымал, узундугу 3,5—4 мм келип жылмакай, коңур-саргыч жашыл түстүү уругу болот. Май-июнда гүлдөйт, июль-августта мөмө берет. Ысык-Көлдүн жээктеринде, айдалбаган бош жерлерде, чийлүү жерлерде (Кочкор өрөөнүндө, Ысык-Көл шаарынын чет-жакаларында) өсөт.

Кыргызстанда бул өсүмдүк көптөн бери медицинада кеңири пайдаланылып келаткандыктан, анын табигый өсүшү кескин кыскарып кеткен. Ошондуктан аны мындан ары даярдоо, толук жоголуп кетиши мүмкүн. Аны асырап колдон өстүрүү керек.

Д а я р д о о. Сары мыя чөбүн гүлдөй баштаганда жыйнап, өсүмдүктү жер бетинен 3—5 см өйдө жагынан кесип алышат. Уругу сентябрда-октябрда жыйналат. Бышып жетилген чанактарын өсүмдүктүн баш жагынан үзүп, майдалап бастырып алышат, андан кийин уругун жылуу жайларда кургатып жана сапыргычтарда (веялкаларда) тазаланат. Чөбүн чатырларда же жакшы желдей турган жайларда кургатат.

Даяр сырьесу — тилке-тилке кырдуу сымал келип, сейрек агыш түктөр менен капталган узундугу 30 см келген гүл сабактарынан турат. Жалбырактары кыска сабактуу, үчтөн, эки чоң жалбырактуу, үстүнкү бети дээрлик жылаңач, асты жагында түкчөлөр жабышкан. Сары, чоң гүлдөрү болот. Көбүнүн өзүнө мүнөздүү (чычкандыкындай) начар жыты бар. Бышкан уругунун өңү кара, катуу келип, күңүрт күрөңдөрү аз, шар сымал жумурткадай, айланасы жол-жол агыш кырдуу, ичи саргыч-ак болот.

Сары мыя уулуу өсүмдүгүн сактоонун жобосун эске алуу менен сакталат.

Химиялык составы. Лупин алкалоиддери — термопсин гомотермопсин, метилцитизин, анагирин, пахикарпин, темопслин (2—4%ке) чейин жана уруктарында — цитизин алкалоиди өтө көп өсүмдүк катары мүнөздөлөт. Ошондой эле чөбүндө сапониндер, флавоноиддер ашаткыч, чайырлуу, былжырлуу заттары да бар.

Өсүмдүк уулуу, айрыкча уругу уулу. Мал көк түрүндө жебейт, эгерде чөпкө даярдалган тоют чөптөрдүн арасында сары мыя чөбү аралашып калса, тоюнгандан кийин малдын ичи көөп уугу башталат.

Колдонуу. Мыянын какырыкты мыкты чыгаруучу, кустуруучу касиети бар, анын өнөкөт трехеиттер, бронхит ооруларына өнөкөт пневмония ооруларын дарылоо үчүн колдонулат. Анын суудагы демдемеси, порошоктордун татаал составы, таблетка, кургак экстаркт түрүндө, ошондой эле дары чайлардын жана комплекстүү чөп кошундуларынын составында даярдашат. Уругу алкалоид цитизинди иштеп чыгууга жумшалат, ал медицинада дем алдыруу, борборду дүүлүктүрүү үчүн «цититон» деген ат менен кеңири пайдаланылат. Пахикарпин алкалоиди — эң акыркы кан тамырларын кеңейтет. Өсүмдүктүн жер үстүнкү бөлүгүндө инсектициддүүлүк касиеттери да бар.

Кезек гүлдүү сары мыя — термопсис очередноцветковый
Thermopsis alterniflora
Чанактуулар тукуму — Fabaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Бийиктиги 40—70 см келген, жоон тамырсабактуу, үч жалбырактуу жана чоң жан жалбырактуу көп жылдык чөп өсүмдүк. Сары гүлдөрү чачы топ гүлгө топтолушкан. Мөмөсү — чанак, чанагы эки жакка чачыратма эллипси формасында, сүйрү келген учу шибеге сымал учтуу. Уругу бөйрөк сымал, узундугу 5—6 мм, өңү ачык-күрөң. Май-июнда гүлдөйт, июнь-июлда мөмөсүн берет.

Тоолордо, тоо этектеринде, тоо сууларынын бойлорунда, кээде сугарылбаган кайрак жерлерде отоо чөп катары өсөт. Негизинен Чаткал, Угам жана Пскем тоо кыркаларында анча көп эмес таркаган.

Химиялык составы. Кесек гүлдүү сары мыянын чөбүндө цитизин, пахикарпин, метилцитизин,

термопсин, анагирин алкалоиддери, цинарозид, лютеолин, хризоэриол, термопсозид флавоноиддери ошондой эле органикалык кислоталары, чайыр жана кант бар.

Колдонуу. Кесек гүлдүү сары мыя официналык сары мыянын атайын алмаштыруучу түрү катары сунуш кылынат. Ошондой эле фармацевтика өндүрүшүндө ал цитизинди өндүрүү үчүн жана какырык чыгаруучу таасири бар гален препараттарын даярдоо үчүн кошумча сырьесу болуп саналат.

Көкө мерен, кийик оту — тимьян заравшанский, тимьян Маршалов

Thymus **seravschanicus**

Thymus **marschallianus**

Эрин **гүлдүүлөр** тукуму — Lamiaceae

Дарылык сырьесу — чөбү.

Көкө мерендин бардык түрлөрү, фармакопейный комитеттин атайын улуксаты менен медицинада дарылоо максаты үчүн пайдаланылган сойлоп өсүүчү көкө меренге (официналык түрү) жакын. Көкөмерен — өнүп чыкма же жерге жантайыңкы өскөн жарым бадалча өсүмдүк. Гүлдүү бутактары түктүү. Гүлдөрү кызгылт-көгүш келип, башы тыгыз топ гүл. Жалбырактары формасы жана чоңдугу жагынан бирдей эмес, негизинен эллипси формасында сүйрү, үстүнкү жагы жылаңач. Июнда гүлдөйт, августта мөмөсүн берет.

Талааларда, шалбааларда жана Кыргыз, Талас жана Алай тоо кыркаларынын, Ысык-Көл өрөөнүнүн субальпикалык жана альпикалык алкактарындагы шагыл таштуу тоо жантайма аймактарында жолугат.

Кийик оту (тимьян Маршалов) сабактын өзүнөн тарбайып өнүп чыккан көп сандаган гүлдүү бутактары бар аромат жыттуу жарым бадалча өсүмдүк. Гүлдөрү бозомтук-кызгылт көгүш, узундугу 15 см чейин өскөн сейрек баш алган сүйрүрөөк топ гүл. Жалбырактарынын түбү шынаа сымал келип, эллипси формасында сүйрү, баш жагы учтуу, үстүнкү бети жылаңач же анча жыш эмес түктүү. Гүлдөрү майда августта мөмөсүн берет.

Өсүмдүк тоо этектериндеги шлейфаларда, жайыттуу жантаймаларда, карагат токойлорунун чет жакаларында, Кыргыз тоо кыркаларындагы (Чүй өрөөнү,

Кемин) арчалардын арасында, Ысык-Көл өрөөнүндө (Семенов, Григорьев капчыгайы) өсөт. Аны кеңири даярдоого болот.

Даярдоо. Чөбүн гүлдөгөн мезгилинде жыйнашат, жоонойуп жыгач болуп кеткен бөлүгүн калтырып, бычак менен кесип же орок менен оруп алышат. Абада, тунукелүү чатырлардын, же бастырмалардын алдында кургатылат. Сырьену жукалап жайып, улам-улам аралаштырып турат. Кургаган сырье калбырларда, сапыргычтарда бастырылат, жоон сабактарын алып салышат.

Даяр сырье эллипси формасындагы сүйрү жалбырактардан жана ичке бутактары аралашкан гүлдөрүнүн аралашмасынан турат. Жалбырагы жашыл, таажысынын өңү бозомтук-кызгылт көгүш. Жыпар жыттуу, ушалаганда жыты күчөйт, даамы жагымдуу келип бир аз ачуураак.

Кургак, жакшы желдей турган жайларда сакталат.

Химиялык составы. Чөбүндө тимолдон, карвакрол, цимол, борнеол, терпинен жана башка терпиндерден турган эфир майы бар. Андан башка да ашаткыч заттар, флавоноиддер, олеанон кислоталарынын группасы, чайырлар, ачуу татымалдар табылган.

Колдонуу. Чөбү жогорку дем алуу жолдорунун ооруларына какырык чыгаруучу каражат катары кайнатма, суюк экстракт түрүндө жана куяң, невврит ооруларына, кебезге чыланган примочка, ванна түрүндө ооруну басылтуучу каражат катары колдонулат. Көкөмерендин препараттары карын бездеринин иштеши начарлаганда пайда болуучу, ашказандын, ичеги карындын ооруларына каршы колдонулат, ошондой эле көпкөндө жардам берет.

Демдөө ыкмасы. 2 чай кашык көкөмерендин майдаланган чөбүн 1 стакан кайнак сууда 1 саат демдеп, чыпкалагандан кийин 1 чоң кашыктан 3 маал ичсе болот. Ушундай эле ыкма менен даярдап алып, оздун ичин чайкоого болот. Айрыкча оозул болгондо, тиштин түбүндөгү эти сезгенип ооруганда. Сырткы дарттарды дарылоо үчүн көкөмерендин 100 г майдаланган чөбүн 1 литр кайнак сууда 30 минут демдеп, чыпкалагандан кийин, компресс, примочка жана ванналарга колдонсо болот. Көкөмерендин чөбү элдик медицинада ар түрдүү ооруларга каршы эң эле

кеңири колдонулат, бирок ашказанда, он эки эли ичегиде жараты бар жана боору, бөйрөгү ооруган, ошондой эле боюнда бар аялдар ичүүгө болбойт.

Каз таңдай — тысячелистник обыкновенный
Achillea millefolium
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьесу — чөбү.

Кыргызстанда каз таңдай уруусунун 4 түрү: катуу түктүү, азиялык Биберштейн, табылгы жалбырактуу түрлөрү бар. Эки түрү — катуу түктүү жана азиат түрү тектеш, болуп саналат, бул эки түрү медицина практикасында кеңири колдонулган Кыргызстанда өспөгөн официналык каз таңдай менен барабар колдонууга уруксат этилген.

Катуу түктүү каз таңдай — сойлоп өсмө ичке тамырлуу көп жылдык өсүмдүк. Сабактары анча көп эмес, түз, ичке тилке-тилке кырдуу сыяктуу, боз түстөгү түктөрүнөн улам бозомтук жашыл. Жалбырактары сапсыз, сызык — ланцеттей үч бөлүктүү оюкка тилинген. Гүл себетчелери шар сыяктуу бир топ томпогой калкан сымал топ гүлгө топтолушкан. Гүлдөрүнүн тилчелери (ийилген желекчелери) саргыч-ак. Апрель-июлда гүлдөйт, июль-августта мөмөсүн берет.

Чабынды талааларда, шалбааларда, токойдун четтериндеги бадалдардын араларында, узак айдалбай калган жерлерде, жолдун бойлорунда өсөт, тамыр системасы жакшы өнүккөндүктөн, кээде жыш өсүп чыккан аянтчаларды түзөт. Ысык-Көл, Чүй өрөөндөрүндө, Кыргыз жана Алай тоо кыркаларынын этектеринде өсөт.

Азиялык каз таңдай көп жылдык өсүмдүк. Тамыр сабагы жерге сойлоп таралып өсөт, андан түшүмсүз бутакчалар жана сабактар өнүп чыгат. Сабагын чаташкан ак түкчөлөр каптап тургандыктан өңү бозомтук болот. Жалбырагы канаттай эки ирет терең оюкка тилинген, сүйрү, борборку тарамышчасы ичке узун түктөр менен капталган. Топ гүлү — себетчеси томпогой борпоң калканчага топтолгон. Гүлдөрүнүн четки тилчелеринин өңү кызгылт, кара-кочкул ал эми ак түстөгүлөрү эң эле сейрек болот. Августта гүлдөйт, августта-сентябрда мөмөсүн берет.

Токойлордо, талааларда, узакка айдалбаган жерлерде, жол боюнда, күн нуру аз тийген жерлерде

өсөт; чабынды талаа жана талаа алкактарынын чөп баскан бөлүктөрүндө көбүнчө жыш болуп өсүп чыгат. Ар түрдүү дан өсүмдүктүү аянттарда дайыма болот. Ысык-Көл, Чүй өрөөндөрүндө, Кыргыз Ала-Тоосунун тоо этектеринин түндүк жантаймаларында (Шамшы, Ысык-Ата, Чуңкурчак, Ала-Арча, Ак-Суу, Кара-Балта, Кегети, Чоң-Таш, Кең-Кол, Нылды капчыгайлары) тараган. Каз таңдай сырьесун (чөбү, топ гүлүн) даярдоо үчүн ыңгайлуу жер — Аламүдүн району болуп саналат, бул райондон гектарынан 300 кг чейин, Шамшы, Ысык-Ата капчыгайларынан 50—100 кг чейин, Кой-Таш совхозунун чет жакаларынан — 200 кг чейин кургак сырьену жыйноого болот.

Талас өрөөнүндө, Кыргыз тоо кыркаларынын түштүк жантаймаларында (Кең-Кол, Нылды өзөндөрүндө), «Талас» жана В. И. Ленин атындагы колхоздордун чөп чабылуучу жерлеринде азиялык каз таңдайынын жетишерлик жыш чыккан жерлери кезигет.

Даярдоонун эрежесин туура сактап, жердин асылдуулугун күчөтүп. табигый жагынан калыбына келтирүү үчүн, которуштуруп, айдоо менен бул жерлерди бир нече жыл үзүрлүү пайдаланууга болот.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Өсүмдүк К витаминине өтө эле бай, алкалоид ахиллеин, органикалык кислоталар, холин, стахидрин бар. Составында хамазулен эфир майы бар, сезгенүү оорусуна каршы бактерициддүү касиетке ээ.

К о л д о н у у. Каз таңдай чөбүн кайнатма түрүндө аш-казан, ичеги-карын, органдарынын сезгенген ооруларына, колит, гастрит, жара ооруларына, мурун, өпкө ооруларына жана жатын кансыраганда колдонулат. Чөптүн суудагы демдемеси жылуу кезинде жараны айыктыруу үчүн, стоматит жана тиштин эттери сезгенген учурда оозду чайкоо үчүн колдонот.

Каз таңдай чөбү ичеги-карын, тамакка табит ачуучу жана башка микстуралардын жана чөп кошундулардын составына кирет.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. 1 чоң кашык каз таңдайдын майдаланган чөбүн 1 стакан кайнак сууда 1 саат демдеп, чыпкалагандан кийин бир чоң кашыктан 4 маал ичсе болот. Сырткы дартты дарылоо үчүн 3 чоң кашык чөптү 2 стакан кайнак сууда демдеп, чыпкалагандан кийин ооздун ичин чайкоого, примочкага жана сырткы жаратты жууганга колдонулат.

Жыттуу чайыр — ферула пахучая
Ferula foetidissima
Чатырдуулар тукуму — Apiaceae
Дарылык сырьесу — ширеси (сөңгөгүнөн бөлүнүп чыккан түссүз же күрөң түстөгү илээшме зат).

Жоон сабактуу көп жылдык чөп. Жалбырактары чоң, терең эки оюктуу. Сабагындагы кичирээк келген жалбырак пластинкалары кенен болот. Гүлдөрү чатырча келип, топ гүлдөргө топтолушкан, өңү саргыч. Чатырчаларынын оролмосу жок, 25—30 шоолалуу, татаал болот. Чатырчалары 20 гүлдүү. Мөмөсү — кургак данектүү, эки жарым мөмөчөлүү, мамычасында саландап турат, өңү ачык күрөң, бир азыраак куушурунку, узунча тегерек сүйрү. Майда гүлдөйт, июнь-июлда мөмөсүн берет.

Тоолордун шагылдуу жантаймаларында, Ысык-Көл өрөөнүнүн бадалдуу тоо алкактарында, Фергана тоо кыркаларында өсөт.

Химиялык составы. Тамырынан чыгып катып калган сасык жыттуу сүттөй ширелүү чайырлар, камеддер, эфир майы, кумариндер бар. Камеддин составындагы эфир майы, негизинен өсүмдүккө чеснок сыяктуу жыт берип турган органикалык сульфиддерден турат. Жыттуу чайырдын тамыры крахмалга, чайырлуу заттарга жана эфир майларына бай келет.

Колдонуу. Медицинада чайырдын сүттүү ширесин спазмага каршы каражат катары пилюль, спирттеги эритме жана эмульсия түрүндө колдонулат.

Кырк муун — хвощ полевой
Equisetum arvense
Кырк муундар тукуму — Equisetaceae
Дарылык сырьёсу — чөбү

Бийиктиги 10—50 см келген көп жылдык өсүмдүк. Сабагы муунактуу, турпаты тишчелүү болот. Мөмө берүүчү сабагы эрте жазда пайда болот. Алар бутактуу эмес, ширелүү келет, өңү ачык-күрөң, учунда бирден машак байлайт. Цилиндр формасындагы узунунан келген тегерек сүйрү машакчасы кыска бутакчадан орун алган жана анын төмөн жагында споралар менен спорангилери бар. Сабактары жашыл, мөмөлөбөйт, бутактуу, катуу болот. Алардын бутактары

жөнөкөй келип тике өсөт, сабак муундарындагы мутовкада жайгашкан. Апрелде — гүлдөйт жана мөмөсүн берет.

Республиканын өрөөндүү райондорунун кумдуу жерлеринде Чүй өрөөнүндө (Бишкек шаарынын түндүк чет жакаларынан Чалдовар кыштагына чейин), Ысык-Көлдүн жээктеринде, Нарын суусунун куймаларында (борбордук бөлүгүндө), Фергана өрөөнүндө (Кыргызстандын территорияларында) өсөт. Аны кеңири даярдап алууга мүмкүндүк бар.

Даярдоо. Чөбүн (жайкы вегатативдик өркүндөрүн) үзүп, бычак менен кесип же орок менен оруп алышат, өсүмдүк өтө жыш чыкса жерге жакын жоон жактарын калтырып чалгы менен чаап даярдашат.

Кырк муун өтө эле жай өскөндүктөн анын тамырын сактоо керек. Чатырларда, ачык жерде же көлөкөдө кургатышат.

Даяр сырьёсу бозумтук жашыл, кырдуу, бутактуу, узундугу 30 см муунактуу сабактардан турат. Жыты начар, даамы кычкылыраак. Кургак чөптү кургак жайда сакташат.

Химиялык составы. Кырк муунда сапониндер — эквизетонин, алкалоиддер — никотин, эквизетин, триметоксипиридин, диметилсульфон, органикалык кислоталар, ачуу, чайырлуу заттар, минералдуу туздар, айрыкча көп (2,5% чейин) кремний кислотасы, С витамини, каротин, флавоноид гликозиддери бар, уулуу өсүмдүк.

Колдонуу. Кырк муун чөбүнүн суудагы демдемеси жана суюк экстракты жүрөктүн иштешинин бузулушуна байланыштуу денеде пайда болгон күпчөкө каршы жана заара чыгарууну күчөтүүчү каражат катары, жатындан, өпкөдөн, мурундан кан аккан учурларда кан токтотуучу каражат катары, ошондой эле геморрой дартына да колдонулат. Бөйрөктө, табарсыкта топтолуучу таштардын пайда болушун токтотуучу кремний кошулмалары чөптүн составында өтө көп болгонуна байланыштуу, кырк муун бөйрөк, табарсык жана атеросклероз ооруларына колдонулат. Чөп астмага каршы Трасков микстурасынын, Здренко микстурасынын жана заара чыгаруучу чөп кошундулардын составына кирет. Айбандарга эксперимент жасаганда, кырк муун организмден коргошунду бөлүп чыгарууга жардам берери аныкталган. Ветеринардык практикада кургак чөп порошок түрүндө

айбанаттардын жарааттарына, оюлма жара оорулаларына себилет.

Ит уйгак — **череда трехраздельная**
Bidens tripartita
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Дарылык сырьёсу — чөбү.

Узундугу 50—80 см келген, эң эле көп тармактанган анча чоң эмес тамыры бар бир жылдык өсүмдүк. Жалбырактары тушташ жайгашкан, канатчалуу кыска сабы бар, жалбырак пластинкасы үч бөлүктүү. Гүлдөрү саргыч-күрөң, түтүк сыяктуу, эки жыныстуу себетчеге топтолушкан. Себетчелери жалкы же бир нечеден болуп сабактардын жана бутактардын учтарына жайгашкан. Мөмөсү — уругу кара-күрөң түстө. Июлда-сентябрда гүлдөйт, июль-октябрда мөмөсүн берет.

Өсүмдүк отоо чөп болуп саналат жана республиканын бардык жерлеринде, көлмөлөрдүн жээктеринде, саздарда, казылган андарда, огороддордо кеңири жолугат. Аны жылына 721 кг чейин даярдоого болот.

Даярдоо. Чөбүн богоктогон мезгилде, сабагынан жалбырактуу өйдө жагын (узундугун 15 см чейин) жана чоң жалбырактарын бычак менен кесип же кол менен сыдырып алышат. Гүл себетчелери ачыла баштаганда жыйноо токтотулат. Чатырлардын же бастырмалардын алдына кургатылат.

Даяр сырьёсу өңү каралжын-жашыл айрым чоң жалбырактардан жана жогорку учу богоктуу, жалбырактуу сабактардын учтарынан турат, бирок гүлү жана мөмөсү болбойт. Өзүнчө начар жыты бар, даамы дүүлүктүргөн, бир аз оозду дүүлүктүрүп ачуураак келет. Кургак жайда сакталат.

Химиялык составы. Ит уйгак чөбү аскорбин кислотасы (60—70 мг%) каротин жана ашаткыч заттардын өтө көп болушу менен мүнөздөлөт. Андан башка дагы марганец (бактерициддүүлүк касиети бар), эфир майы, пигменттер, ачуу, былжыр заттар табылган. Ашаткыч заттардын полифенолдуу фракциясында сезгенүүгө каршы касиети бар.

Колдонуу. Чөбүнүн заараны чыгаруучу, тез тездетүүчү таасири бар жана организмдеги зат алмашуулардын бузулушун жакшыртат. Илимий медицинада аны чай, кайнатма, примочка жана дарыла-

нуучу ванна түрүндө диатезге, эн, булак (золотуха), подагрaга, итийге колдонушат. Эндүү, булактуу ооруларга каршы чөп кошундулардын составына кирет. Анын препараттары жараттын ириңден тазаланышына, алардын катышына жана тез айыгышына жардам берет жана аллергияга да каршы таасир этүүчү касиет бар.

Д е м д ө ө ы к м а с ы. Ит уйгактын майдаланган чөбүнөн 1 чоң кашык алып, 1 стакан кайнак сууда 10 минут жай кайнатып, муздагандан кийин чыпкалайт. Даяр болгон демдемени чоң кашык менен 3—4 маал ичүүгө болот, кичине балдар үчүн чай кашык менен берүү керек. 3 чоң кашык ит уйгактын майдаланган чөбүн 2 стакан кайнак сууда 10 минут кайнатып, муздатып, чыпкалагандан кийин ванна жана жуундуруш үчүн пайдаланса болот. Ит уйгактын жалбырагын жанчып, уулуу курт-кумурскалар жана жылаан чаккан жараттуу жерге басса болот.

Дары шалфейи — шалфей лекарственный
Salvia officinalis
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Дарылык сырьёсу — жалбырагы.

Узундугу 25—75 см, жыгач сымал чачылуу жаш тамыры бар көп жылдык жарым бадалча, өсүмдүк. Сырты ак түк менен капталган, төрт кырдуу, сабагы тике өсөт. Көп сандаган жалбырактары бар, алар тушташ жайгашкан, жумуртка сымал сүйрү, үстү жагында сейрек, астыңкы жагында кыйла жыш, түктөрү бар. Жалбырактарынын колтуктарынан көп сандаган бутактар өнүп чыгат. Сабагынын жана бутактарынын учунда үзүлмө чачыдай мутовка сымал гүлдөр жайгашкан. Гүл чөйчөкчөсү беш тишчелүү. Эки эриндүү, таажысы кызгылт-көк. Мөмөсүнүн диаметри 2,5—3 мм тоголок күрөң жаңгакчалардан турат. Июнь-июлда гүлдөйт, июль-августта мөмөсүн берет. Кыргызстанда бул өсүмдүк кеңири айдап себилип колдо да өстүрүлөт.

Д а я р д о о. Жай мезгилинде жалбырактары 2—3 жолу жыйналат. Биринчи жолу гүлдөй баштаганда жана экинчи жолу сентябрда. Алгачкы эки жолкусунда төмөнкү жалбырактарын, ал эми күзүндө бардык жалбырактарын жана сабагын учтары менен кошо үзүп жыйнайт. Жыйналган сырьё кечиктирилбес-

тең кургатууга жөнөтүлөт. Температурасы 30—40° жана 60°тан ашпаган оттуу кургаткычтарда кургатылат.

Даяр сырьесу бир аз жүрөккө окшош тоголок, түбү сүйрү — ланцет сымал жалбырактардан турат. Чоң жалбырактарынын үстү дээрлик жылаңач, боз-омтук-жашыл. Күчтүү кыйгыл даамы бар.

Химиялык составы. Шалфейдин жалбырактары эфир майларына, ашаткыч заттарына жана тритерпен кислоталарына, Р жана РР витаминдерине бай. Эфир майынын составына цинеол, туйон, борнеол, пинен, камфора жана башка терпендер кирет. Жаңы жалбырагы бактерициддүүлүк касиетке ээ.

Колдонуу. Дары шалфейинде сезгенүүгө каршы, куудуратуучу, дезинфекциялоочу да касиет бар. Суудагы кайнатма, демдеме түрүндө дем алуу жолдорунун былжырлуу чел кабыгы сезгенип ооруганда чайкоо үчүн колдонулат. Шалфейдин жалбырактары какырыкты бошотуучу, көкүрөк жумшартуучу чөп кошундуларынын составына кирет. Шалфейдин суудагы демдемеси сезгенген жана ириңдеген тери ооруларына да колдонулат.

Демдөө ыкмасы. 1 чоң кашык шалфейдин майдаланган жалбырагын 1 стакан кайнак сууда 20 минут демдеп, чыпкалагандан кийин, ооздун ичин чайкоого колдонулат, айрыкча ангина, пародонтоз жана стоматит болгондо жакшы жардамы бар.

Ит мурун — шиповник Rosa
Роза Берггера — Беггер ит муруну
Роза иглистая — Ийнелүү ит мурун
Роза морщинистая — Бырыштуу ит мурун
Роза собачья — Ит мурун
Роза федченко — Федченко ит муруну
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү

Кыргызстанда ит мурундун 20 түрү өсөт, бирок С витамини көп кезиккен түрлөрүн гана жыйноо керек. Аларды «витаминсиз» ит мурундардан оңой эле айырмаласа болот. Анткени калып калган чөйчөкчө жалбыракчасы төмөн ийилип турат, алар күбүлүп түшкөндөн кийин, алардын ордуна беш кырдуу формадагы из калат.

Беггера ит муруну. Узундугу 4 м чейин жеткен

тарбагай ичке бутактуу бадал өсүмдүк. Тикенектери экиден, бир аз кайырмак сымал төмөн карай ийилип турат. Татаал (5)7—9 түгөйсүз жалбырактуу, жумуртка сымал сүйрү, үстү жагы жашыл, жылаңач, асты бозомтук, бир аз түктүү, учтары тишчелүү болот. Гүлдөрү бадырайган (1) 2—3төн калканча курчап турат, өңү ак, диаметри 3 см чейин болот. Гүлү беш мүчөлүү. Мөмөсү кызгылт каралжын гипантийи буурчак сымал кичине болот. Гипантийдин ичи түктүү мөмөлүү данекчелерден турат. Июнда гүлдөйт, августта мөмөсүн берет.

Шаркыратмалардын куймаларында, жыгач бадалча өсүмдүктөрүнүн жыш өскөн жерлеринде, Нарын, Көкөмерен, Кемин сууларынын бассейндеринде, Фергана, Кыргыз, Талас тоо кыркаларында жолугат. Аны даярдап республикалык маанидеги дарыканалардын муктаждыгын толук камсыз кылууга болот.

Тикенектүү ит мурун — роза иглистая. Узундугу 1—1,5 м келген, ичке, түз жана ийри бутактуу бадал. Тикенектери жана тикенекчелери бутактарын жыш каптап турат. Жалбырак 5—7 (9) жуп татаал жалбыракчадан түзүлгөн, жалбырактары жумуртка сымал, чокусундагылар учтуу, учтарында терең тишчелери бар. Гүлдөрү 1—3төн, роза гүлү сыяктуу кызыл, диаметри 3—6 см. Гүлү беш мүчөлүү. Мөмөсү — кызыл, жемишинин диаметри 1,5—2,5 см, ортосунда гипантийи болот. Июнда гүлдөйт, июлда мөмөсүн берет.

Ысык-Көл, Чоң-Кемин өрөөндөрүнүн карагайлуу токойлорунун чекелеринде өсөт. Анын запасы жергиликтүү дарыканалардын муктаждыгын канааттандыра алат.

Бырыштуу ит мурун — роза морщинистая. Бийиктиги 1 м, өтө тикендүү бутактуу ийилген бадал өсүмдүк. Көп сандаган тикендери жана тикенчелери ийне сыяктуу тике, түктүү. Жалбырактары татаал, 5—7 (9) дан жуп канаттай жалбыракчалары болот, жалбырактары эллипси формасында жоон, үстү жагы жылаңач, өңү каралжын-жашыл, асты жагы түктүү, бозомтук-жашыл, учтары тукул тишчелүү. Гүлдөрү чоң, жалгыздан 1—3—6, өңү каралжын — кызыл же ачык-кызыл. Гүлү беш мүчөлүү. Мөмөсү — ачык-кызыл, жемиши гипантий, ал эттүү кумура сымал, гүл түпкүчүнөн өнүп чыгат. Гипантийдин ичинде түктүү, катуу данекчелери болот. Мөмөсү жергиликтүү, кыч-

кылыраак даамы бар. Июлда гүлдөйт, сентябрда мөмөсүн берет.

Кыргыз ССР ИАнын Ботаника багында ийгиликтүү өстүрүлүүдө. Республика боюнча табигый жыш болуп өспөйт.

Ит мурун — роза собачья. Бийиктиги 1,5—2 м чейинки бадал тикенеги анча көп эмес, катуу, илмек сымал төмөн карай ийилип турат. Жалбырактары татаал, (3)5—7 жуп жалбыракчалуу, эллипси формасында, жээктери тишчелүү. Гүлдөрү беш мүчөлүү, өңү бозомтук-кызгылт же ак, диаметри 2—8 см. Мөмөсү — өңү ачык-кызыл, сүйрү гипантий. Гипантийчелери бар. Июнда-августта гүлдөйт, июль-сентябрда мөмөсүн берет.

Жалбырактуу токойлордо, Фергана суусунун куймаларында, Чаткал тоо кыркаларында жолугат. Көрсөтүлгөн аймактардан даярдап жергиликтүү дарыканалардын муктаждыгын камсыз кылууга болот.

Федченко ит муруну — роза Федченко. Бийиктиги 6 м чейинки бадал. Тикенектеринин көлөмү бирдей, узундугу 13 мм чейин, чоң, тике, өңү агышыраак болот. Жалбырактары татаал, 5—9 жуп жалбыракчалуу, жумуртка сымал, жогору жагындагылары тегерек тукул, жээктери тишчелүү болот. Гүлдөрүнүн 1—4 диаметри 8 см чейин келип, өңү ак же кызгылт, беш мүчөлүү. Мөмөсү — гипантий сүйрүрөөк, узундугу 2—3 см, өңү кызыл. Гипантийдин ичинде катуу данекчелери бар. Июнда-августта гүлдөйт, июль-сентябрда мөмөсүн берет.

Бадалдардын арасында, Кыргыз Ала-Toосунун түндүк жантаймаларындагы токойлуу талааларда, Фергана жана Чаткал тоо кыркаларында, Кемин суусунун бассейндеринде өсөт. Көрсөтүлгөн аймактардан даярдоого болот.

Д а я р д о о. Ит мурундун мөмөлөрүн күзүндө, августтун аягынан октябрга чейин, мөмөлөрү катуу жана өңү кызгылт-сары кызыл кезинде кол менен жыйнап алышат. Бул мезгилде аларда С витамини көбүрөөк топтолот. Суук түшкөнгө чейин жыйнала берет. Суукка тийген мөмөлөрү жибигенде витаминдерин аябагандай тез жоготот. Ошондуктан жыйналып алынгандан кийин мөмөлөрдү корзинкаларга калтырбастан, токтоосуз кургатуу үчүн жайылат. Температурасы 80—90° тагы кургаткычтарда кургатылат, күнгө кургатса да болот. Кургагандан кийин

морт кезинде чөйчөкчөлөрүн чыгарып алышат, же калбырлап мөмөлөрүн сүрүп тазалашат. Мөмөлөрүн өтө көп катыра кургатууга уруксат этилбейт. Нормалдуу кургатылган мөмөлөр күкүмдөлбөстөн майдаланат.

Даяр сырьёсу чөйчөкчөсүн чыгарып алгандан кийин кылда учунда тешиги бар, ар кандай формадагы жана чоңдуктагы кургатылган мөмөлөр болуп саналат, кээде жогору карай багытталган чөйчөкчө жалбыракчасы калтырылат. Мөмөсүнүн өңү кызгылт-кара, кызыл-күрөң, кызыл болот. Кургатылган мөмөлөрдүн капталдары катуу, морт, сырты жалтырак, күңүрттөрү сейрек, анча-мынча бырыштуу.

Химиялык составы. Мөмөлөрү C, P, K, E, витаминдерине, В — тобундагы витаминдерге, каротинге, кантка, ашаткыч заттарга, лимон кислоталарына бай келет. Аларда пектин жана боёгуч заттар, органикалык кислоталар, гликозиддер — кемпферол, кверцетин, микроэлементтер бар. Уругунун майы каротинге жана Е витаминине (токоферолго) бай.

Колдонуу. Ит мурун витаминдерге бай сырьё болуп саналат. Ал порошок же таблетка түрүндө кургак пайдаланылат. Экстракт, сироп жана витаминдүү концентраттар түрүндө да колдонулат. Мөмөсү витаминдүү чөп кошундуларындын, астма оорусуна каршы Траскова микстурасынын составына кирет. Бүтүн жемиштерин чай катары демдеп пайдаланса болот. Фармацевтика өнөр жайы боор ооруларына колдонулуучу — холосас препаратын даярдап чыгарат (холецистит, гепатит). Уругунда заара чыгаруучу касиет бар. Ит мурундун уругунан алынган майы — күйгөн, рентген нурдан жабырланган терилерди, оюлган жерлерди, дерматоздорду дарылоо үчүн натыйжалуу каражат болуп саналат. Каратолин препараты экзема, псориаз, дерматиттерде колдонулат. Ит мурундун мөмөсү организмде С жана Р витаминдери жетишсиз болгон учурда аны дарылоого жана алдын алуу үчүн эң жакшы каражат болуп саналат.

Демдөө ыкмасы. Ит мурундун мөмөсүнөн 1 чоң кашык алып, 2 стакан кайнак сууда термосто демдеп, бир күндөн кийин чыпкалап, жарым стакандан тамак ичерден 20—40 минут мурун үч маал ичсе болот. 10 г ит мурундун мөмөсүн, 10 г чыны караганттын мөмөсүн 2 стакан кайнак сууда 1 саат демдеп, чай катары жарым стакандан 3—4 маал ичсе болот.

Чекенди — эфедра средняя, эфедра хвощевая
Ephedra intermedia
Чекендилер тукуму — Ephedraceae
Дарылык сырьёсу — чөбү.

Орто чекенди (эфедра средняя). Бийиктиги 1 м чейин өскөн бадал. Кабыгы боз булалуу, эки үйлүү өсүмдүк. Бутактары өтө шактуу, мүчөлүү. Жалбырактары жөнөкөй түргө айланган чел кабыктуу, жан жалбырактары жок, узундугу 3,5 мм чейин болот. Бутакчалары тике, тушташ же бир кылкалуу муундарынын аралыгы кыска же узунураак, түсү көгүш-жашыл. Гүлдөрү майда, бутактарында жайгашкан, узундугу 6 мм жакын тегерек сүйрү. Мөмөсү тоголок, эттүү, өңү кызыл. Май-июлда гүлдөйт жана мөмөсүн берет.

Республикада тоолордун төмөнкү жана ортоңку бөлүктөрүндөгү таштуу жана шагылдуу жантаймаларында кеңири тараган. Бийик тоолордо өспөйт.

Кырк муун чекенди (Эфедра хвощевая). Бийиктиги 1,5—2,5 м келген жыш бутактуу бадал. Сөңгөгү жалгыз, бутакчалары тушташ, жөнөкөй түргө айланган, чел кабыктай кучагынан оролуп өсүп чыгат. Эки үйлүү өсүмдүк. Эркек машакчалары жалгыздан же 2—3төн түгөйлүү гүл жан жалбыракчалары болот. Мөмөсү жалгыз уруктуу шар сымал эллипси формасында узундугу 6—7 мм келген саргыч-кызыл жемиш. Май-июлда гүлдөйт, августта мөмөсүн берет.

Ички Тянь-Шань (Тогуз-Торо) тоолорунун ортоңку алкактарынын кумдуу жана таштуу-шагылдуу жантаймаларында күнөстүү ачык жерлеринде, деңиз деңгээлинен 1500—1800 м бийиктикте Ысык-Көл өрөөнүндө (Өрүктү), Кеминде, Кыргыз Ала-Тоосунда, Таласта, Чаткалда, Алайда, Ферганада өсөт. Өзгөчө Кең-Кол, Беш-Таш, Үрмарал жана башка капчыгайларда көп. Фармацевтика Өнөр жайы үчүн даярдоо көп жылдардан бери колго алынгандыктан чекендинин бадалчалары азайып, тоолордун тике жантаймаларында жана салаңдап турган аскаларда гана сакталып калган. Мындан ары аны жалпы жыйноого жана даярдоого алдын ала көрсөтмө берилип турбаса жакынкы жылдарда кескин жоголуп кетишине алып келет. Жогорку көрсөтүлгөн райондордон чекендини 1000 центнерден ашыгыраак даярдоого болот. Ал эми Кыргыз тоо кыркаларынын капчыгайларында

(Боом, Аламүдүн, Гранитогорский ж. б.) чекендини 200—300 тоннага чейин жыйнап алууга болот.

Даярдоо. Сырьёну эрте жазда жана күз мезгилинде, андагы алкалоиддердин саны эң көп кезинде даярдашат. Жай айларында жаш өркүндөр өскөн мезгилде алкалоиддердин саны бир кыйлага азаят. Өсүмдүктүн жогорку жашыл бутактарын этияттыкта сындырып же кесишип, кол менен жыйнап алса болот. Андан кийин дароо жука кылып жайып же топорсутуу үчүн майда боочолорго иреттеп жыйышат жана күнгө жайып кургатышат.

Дарылык сырьесу сабагынын түп жагы жыгач сымал катуурак болуп калган. Өйдөкү бөлүгүнүн узундугу 30 см чейинки жумшак чөп сымал бутакчалардан турат. Сабагынан өнүп чыккан узунунан кеткен майда чырпыкчалары эң эле көп. Төмөнкү бутакчалары көбүнчө бир кылка мутовка болуп жайгашкан. Өйдөнкү бутактары муун-муун болуп, узундугу 6 см. Жалбырактары түрпөлүү, тушташ. Бүтүн чырпыктарынын жана бутактарынын өңү ачык-жашыл же көгүлтүр-жашыл, жоон бөлүгү болсо муун аралыктарынын майдаланып жалпайып былчыйган, жалбырактарынын узундугу 2 мм ашык эмес редукцияланган, силос кескичтерде кесилгендери узундугу 15 см ге чейин кыркылган чөптөрдөн турат. Жыты болбойт, өзүнчө ачуу даамы бар.

Уулуу өсүмдүктөрдү сактоонун эрежелерин колдонуу менен кургак жайларда кармашат.

Химиялык составы. Өсүмдүктө алкалоиддер: эфедрин, псевдоэфедрин, метилэфедрин, норэфедрин, ашаткыч заттар, аскорбин кислоталары бар. Алкалоиддердин суммасы 0,5%тен 3%ке чейин өзгөрүлүп өйдө-ылдый болуп турат. Өсүмдүк уулуу, малды уулантырат.

Колдонуу. Чекенди химико-фармацевттик өнөр жайында эфедриндин хлордуу суутек туздарын алуу үчүн баалуу сырье болуп саналат. Чекендиде адреналин сыяктуу таасири бар жана бронхит астмасына, көк жөтөлгө, гипотония, деңиз оорусуна, абалы оор оорулууга, ууланганда, дем алуучу борборду козгоо үчүн жана дагы көз практикасында да кеңири колдонулат. Таблеткалар, порошоктор, эритмелер, аэрозол түрүндө жана ампулдагысы иньекциялоо үчүн пайдаланылат; теоэфедриндин составына кирет. Ошондой эле уктатуучу жана наркотикалык заттар

менен ууланууга каршы колдонуучу дары катары эсептелинет. Мурундан кан акканда кан токтотуучу каражат катары жана риниттерде, фарингиттерде кан тамырды куушуручу ж. б.

ТАМАК-АШ ӨСҮМДҮКТӨРҮ

Кыргызстанда кеңири өстүрүлгөн көптөгөн тамак-аш өсүмдүктөрү да дары өсүмдүктөрүнүн катарына кирет. Алардын кай бирлери медицинада керектелет. Тамак-аш өсүмдүктөрү углеводдор, микроэлементтер, туздар, витаминдер, ферменттер, фитонциддер, эфир майлары жана ар кандай ароматтуу заттар менен жабдып туруучу баалуу негизги, кай бир учурда алмаштырылгыс булак болуп саналат.

Тамак-аш өсүмдүктөрү ар түрдүү кулинардык тамак-аштарда, соус, татымал, шире, кошумча түрүндө жана иштетиле элек жаңы учурунда кеңири пайдаланылары жалпыга белгилүү. Алар дени соо адамдар үчүн да оорулуу адамдар үчүн да толук баалуу азыктандырууда чоң роль ойнойт, кай бир учурда профилактикалык жана дарылык таасирин да тийгизет. Кыргызстанда өстүрүлгөн, азыктандырууда кеңири колдонгон, кээ бир тамак-аш өсүмдүктөрүнүн дарылык касиеттери жөнүндө маалымат бере кетмекпиз.

Өрүк — абрикос обыкновенный
Armenica vulgaris
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөлөрү

Узундугу 5 м чейинки жыгач. Жалбырактары тегерек, жумуртка сымал, чокусунда узун тишчелери бар. Гүлдөрү жалгыздан, чоң, өңү ак же кызгылт, чөйчөк жалбыракчасынын өңү каралжын-кызыл болуп диаметри 3—4 см чейин. Мөмөлөрү тегерек, диаметри 3 см чейинки жалгыз данектүү мөмө, өңү ак да, саргыч-кызгылт да болот, көбүнчө саргыч болушат, мөмө кабыгы эттүү, ширелүү даамдуу. Данеги чоң, таттуу же ачуу болот. Колдо өстүрүлгөн өрүктүн мөмөсүнүн бирөөнүн салмагы 15—50,— кээде 165 г га чейин жетет.

Өрүктүн жапайы түрү Чоң-Кемин суусунун бассейндериндеги, тоолордун түштүк жантаймаларында,

Кыргыз Ала-Тоо, Чаткал жана Фергана тоо кыркаларында жана Суусамыр өрөөнүндө жолугат.

Акыркы жылдарда чарбалык мааниси чоң экендигин, ошондой эле жаңы жерлерди өздөштүрүүдө кыртышты бекемдөөчү касиетин эске алып, Ысык-Көл өрөөнүнүн бардык совхоздорунда жана колхоздорунда, Ысык-Көл шаарынын чет-жакаларында, Сары-Камыш, Тору-Айгыр, Баетов жана башка айылкыштактарда өрүк кеңири өстүрүлө баштады.

Химиялык составы. Өрүктүн мөмөсүндө канттуу заттардын саны өтө көп, айрыкча сахароза, С витамини, органикалык кислоталар, алма, лимон, вино кислоталары, ошондой эле минералдуу туздар, каротин, инулин, крахмал, флавоноиддер — кверцетин, изокверцетин, липокаин бар. Өрүктөр да натрий, калий, кальций, магний, фосфор темир микроэлементтерге бай. Данеги 50%ке чейинки кургабай турган коюу майга жана B_{15} витаминине бай. Өрүктүн данегинде амигдалин глюкозидинин болушунан улам уулуу болуп эсептелет, себеби ал адамдын аш сиңирүүчү системасында аябай уулуу синил кислотасына ажырап кетет.

Колдонуу. Мөмөлөрү А, С, B_{15} витаминдерине бай азык катары пайдаланылат. Өрүктөр диетикалык тамак катары кеңири колдонулат жана алар балдар гипо жана Авитаминоз болуп ооруган учурунда да сунуш кылынат. Өрүктүн этинде калий тузунун өтө көп болушунан улам аны жүрөк, кан тамыр ооруларына каршы (инфаркт, миастения жана башкалар) пайдалануу жакшы таасирин тийгизет. Өрүктүн майы фармацевтика өнөр жайында көптөгөн дарылардын негизи болгон эритме катары колдонулат.

Бий алма (бихи) — айва обыкновенная
Cydonia oblonga
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү жана уругу

Узундугу 1,5—3 м (кээде 5 м) келген анча чоң эмес жыгач же бадал өсүмдүк. Бутакчалары жана жалбырактары жаш кезинде бозомук келип кийиздей түктүү болот. Жалбырактары жумуртка сымал келип, узундугу 10 см чейин жетет. Гүлдөрү жалкы, диаметри 5 см чейин келип чоң болот, өңү бозумтук-кызгылт, аталыгы көп. Мөмөсү ар кандай формада,

кээсинин салмагы 3 кг чейин жетет, өңү лимондой сары же каралжын-сары. Быша элек мөмөсүнүн этинин катуу клеткасы бозомук, ширеси аз, даамы оозду дүүлүктүргүч кыйгыл даамдуу. Апрелде гүлдөйт, сентябрь-октябрда мөмөсүн берет. Тоо этектеринде, токойлуу талааларда, суу бойлорунда жапайы өсөт. Бактарда өтө көп. Ош обулусунда (фергана өрөөнүндө) жана Чүй өрөөнүндөгү райондордо сейрек өстүрүлөт.

Химиялык составы. Мөмөсү канттуу заттарга, негизинен глюкоза, сахарозага бай ошондой эле ашаткыч, азот заттары, органикалык кислоталар. С витамини, эфир майы, фитонцид, былжырлуу зат, коюу май, гликозид-амигдалин, микроэлементтер темир, жез бар.

Колдонуу. Медициналык практикада кайнатма түрүндө (примочка катары) көз ооруларына былжырлуу кабыгын калкалоочу, заңы катып калганда ич алдыруучу, жогорку дем алуу органдары сезгенгенде — какырык чыгаруучу каражат катары кеңири колдонулат.

Жер жаңгак — орех подземный
Arachis hupogaea
Чанактуулар тукуму — Fabaceae
Дарылык сырьесу — уругу

Узундугу 50—70 см чейин келген бир жылдык чөп өсүмдүк. Сабактары бир нечеден төшөлүп өсөт, жылаңач болот. Канаттай жуп жалбырактары бар, бир түгөйү эллипси формасында, жалбырагы учтуу жана жан жалбырактары чоң. Жалбырактарынын кычыгында жайгашкан өңү ачык-сары гүлдөрү бар. Мөмөсү сабагы кыска жер-кыртышына багыт алып 8—10 см тереңдеп кирип, ошол жерден мөмөсү өнүп жана бышып жетилет. Ачылбаган мөмөсү жоон тор кабыктуу, 2—4 уруктуу, цилиндирдей тосмолуу болот. Уругу тоголок, кабыгынын өңү ачык-кызгылтым же кызыл, коңур-күрөң түстө. Жер жаңгак негизинен республиканын түштүгүндө айдалат.

Химиялык составы. Жаңгактын уругу (60% чейин) майлуу, составында негизги компоненти болуп эсептелген арахидон, лигноцерин, стеарин, пальмитин, олеин триглицирид кислоталары бар. Уруктарынан булардан башка белоктор, сапониндер, кант-

тар, гликозиддер, В жана С витаминдери, биотин, азоттуу кошулмалар табылган. Мөмөлөрүнүн кабыгынан арахидозид — гликозиди, андан калган күнжарасынан суюк алкалоид арахин бөлүнүп алынат.

Колдонуу. Медицинада жаңгак майы сыйпоочу майлардын негизи, иньекциялык суюктуктар жана эмульгатор катары пайдаланылат.

Дарбыз — арбуз обыкновенный
Citrullus vulgaris
Ашкабактар тукуму — Cucurbitaceae
Дарылык сырьесу — мөмөсү

Сабагы узун көп жылдык же бир жылдык чөп өсүмдүк. Кыргызстанда бир жылдык өсүмдүгү гана өсөт. Сабактары жыш бутактуу, сойлоп өсмө, былпылдак, беш кырдуу тоголок, жумшак коюу түктөрү бар. Жалбырактары кезектешип өсөт, узун саптуу, эки оюктуу, өңү бозомтук-жашыл болот. Жалбырак пластинкасынын узундугу 8—20 см жана жазылыгы 5—15 см болот. Гүлдөрү колтуктуу, ар башка жыныстуу. Эркек гүлдөрүнүн жазылыгы 2—2,5 см, кенен чорго сымал, аталыктары түгөйлөш, бирөө эркин өсөт; энелик гүлдөрү эркектеринен чоңураак, мөмөлүгү жалгыздан түктүү, тумшугу беш бурчтуу. Мөмөсү шар сыяктуу (тоголок), чың, көлөмү ар кандай чоңдукта. Мөмөнүн эти ширелүү. Июндан сентябрга чейин гүлдөйт, август-сентябрда мөмөсүн берет. Кыргызстанда сугат жерлеринде ээн жаткан талааларда жана талаа тилкелеринде өстүрүлөт, сугарылбайт. Республикада дарбызды Чүй өрөөнүнүн, Ош обулусунун колхоз совхоздорунда өстүрүшөт.

Химиялык составы. Мөмөсүндө кант, клетчатка, майлар, пигменттер, каротин, B_1, B_2, C, PP витаминдери бар, уруктары майлуу келет.

Колдонуу. Мөмөсүнүн эти жана ширеси заара чыгарууну ылдамдатуучу, бир аз өт тазалоочу касиетке ээ, суусунду жакшы кандырат. Жаш дарбыздын кабыгынан жасалган кайнатмада да заара чыгаруучу касиет сакталат. Боор, өт, бөйрөк, заара чыгуучу каналдар ооруганда, ошондой эле кант диабети жана анемия ооруларына дарбыз пайдалуу.

Жүзүм — виноград культурный
Vitis vinifera

Жүзүмдөр тукуму — Vitaceae
Дарылык сырьесу — жемиши

Көп сандаган жипчелери бар бадал лиана өсүмдүгү. Жалбырактары кезектешип өсөт. Сөлөкөтү чоң манчадай келип, тегиз эмес жан жалбырактуу. Гүлдөрү шыпыргы сымал топ гүлгө топтолушкан жана жалбырактарына тушташ өсөт. Гүлдөрү эки жыныстуу, беш мүчөлүү, ар кандай формада, чоңдукта, түсү бар, даамдуу, 3—4 уруктуу. Майда гүлдөйт, августа-сентябрда мөмөсүн берет. Нарын обулусунан башка бүткүл Республика боюнча өстүрүлө турган негизги жемиш өсүмдүк.

Химиялык составы. Жемишинде кант-глюкоза, фруктоза, сахароза, органикалык кислоталар, ашаткыч, пектин, боёктуу заттар, В, С, витаминдери, микроэлементтер, ферменттер бар.

Колдонуу. Жүзүм нукура табигый түрүндө жана шире түрүндө пайдаланылат. Анын заара чыгаруучу, тер чыгаруучу, азыраак ич алдыруучу касиеттери бар жана ичеги-карын, ашказан бездери ширени аз иштеп чыгарганда, ошондой эле геморрой, боор ооруларына колдонулат.

Жалпы ден-соолукту чыңоочу каражат катары ачы көптөгөн ооруларга дайындашат.

Чие — вишня обыкновенная
Cerasus vulgaris
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү

Узундугу 5—6 м келген тоголок шактуу жыгач. Жалбырагы эллипси формасында жазы, жээги буурчак сымал тишчелүү жана сабагынын узундугу 2 см чейин болот. Гүлдөрүнүн өңү агыш, кызгылт, 2—4төн болуп, чатырча топ гүлдөргө топтолушкан. Мөмөсү ширелүү жемиш, формасы шар сыяктуу, жалпагай жалгыз сөөктүү. Апрель-майда гүлдөйт, июнь-июлда мөмөсүн берет. Нарын обулусунан башка, республиканын бардык жерлеринде мөмөлүү өсүмдүк катары өстүрүлөт.

Химиялык составы. Мөмөлөрүнүн составына глюкоза, фруктоза, сахароза, алма, лимон органикалык кислоталары, ашаткыч заттар, каротин, С, В, РР витаминдери көп, жез, темир, магний, калий ми-

кроэлементтери кирет. Урутунан коюу май, эфир майы жана амигдалин-гликозиди табылган.

Колдонуу. Чиеде жалпы ден-соолукту чыңдоочу касиет бар, ошондуктан аны оорулуулардын тамак-аш рационуна кеңири сунуш кылышат. Чиенин мөмөсүнүн этин, ширесин дем алуу органдары ооруганда какырык чыгаруучу жана антисептикалык каражат катары колдонууга болот.

Алмурут — груша обыкновенная
Pyrus communis
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Узундугу 15—30 м чейин келген жыгач өсүмдүк. Көчөттөрү эки типте: узун вегатативдүү жана кыска генеративдүү. Жалбырактары сүйрү — тегерек же учтары бүтүн жумуру, узун сабактуу арасынан шынаага анча окшобогон түбү болот. Гүлдөрү чоң, өңү ак же кызгылт диаметри 3 см чейин, калкан сымал топ гүлгө топтолушкан. Мөмөсү алмурут сымал, чоңдугу жана формасы ар түрдүү, катуу клеткаларга бай. Уругу күрөң кабыкча менен капталган. Алмуруттун көптөгөн сорттору Ысык-Көл, Чүй, Талас жана Фергана өрөөндөрүндө өстүрүлөт.

Химиялык составы. Алмуруттун мөмөсүндө кант, ашаткыч заттар жана клетчатка бар.

Колдонуу. Алмуруттун мөмөсүнүн ширесин жана кайнатмасын табарсыгында ташы бар ооруларды дарылоодо, заара чыгаруучу каражат катары колдонушат. Алмуруттун кагынын кайнатмасы ич өткөндө ичти басылтуучу каражат катары сунуш кылынат.

Коон — дыня посевная
Melo sativus
Ашкабактар тукуму — Cucurbitaceae
Пайдаланылуучу бөлүгү — мөмөсү

Сабактары сойлоп өсүүчү катуу түктүү бир жылдык чөп өсүмдүк. Жалбырактары кезектешип өсөт, тегерек, бутаксыз мурутчалары болот. Жалгыз үйлүү өсүмдүк (энелик жана аталык, кээде эки жыныстуу гүлдөрү болот). Гүлдөрү бозомтук — сары, энелик гүлдөрү — жалгыздан, аталык гүлдөрүнөн чоңураак, диаметри 2,5 см жакын. Аталык гүлдөрү 5—15 тен

болуп калканча гүлдөргө топтолушкан. Мөмөсү — эти, формасы, чоңдугу даамы жана түсү ар түрдүү, кызгылт. Майдан августка чейин гүлдөйт, июндан октябрга чейин мөмөсүн берет. Коондун мекени — Орто Азия, Кыргызстандын бакчаларында көп өстүрүлөт.

Х и м и я л ы к   с о с т а в ы. Коондо кант, аскорбин кислотасы, фолиев кислотасы жана темирдин туздарынын саны өтө көп, каротин, PP витамини, пектиндүү, азоттуу жана минералдуу заттар, майлар бар.

К о л д о н у у. Коон склерозго каршы, ичти оңой суюлтууга, басылтууга таасир көрсөтөт. Коонду атресклероз, анемия, нерв системасы бузулган оорулуулардын диеталарына сунуш кылышат. Коондун эти жана уругу заара чыгарууну ылдамдатат, суусунду жакшы кандырат.

Кара бүлдүркөн — ежевика сизая
Rubus ceasius
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — жемиши

Узундугу 1 м чейин келген бадалча өсүмдүк. Сабагы догоо сымал ийилген 2 жылдык өсүмдүк. Биринчи жылы жалбырак гана алат, экинчи жылы жалбырагы бозомтук көгүш кабык менен капталган, тикендүү гүл ачуучу бутакчалары пайда болот. Жалбырагынын эки жагы тең түктүү, учтары текши эмес, тилик-тилик, гүлдөрү ак, чоң жазылыгы 11 м чейин келип, кылда учундагы чачы гүлгө топтолушкан. Мөмөсү сүйрү же, чоң шар формасында, өңү кара-көгүш, кабыктуу, данектери көп. Июнь-июлда гүлдөйт, июль-августа мөмөсүн берет. Өсүмдүк республиканын бардык жеринде кеңири тараган, айрыкча бадалдардын токойлордун араларында, суунун, арыктардын бойлорунда көп өсөт.

Х и м и я л ы к   с о с т а в ы. Жемишинде кант, органикалык кислоталар, пектин жана ашаткыч заттар, клетчаткалар, С витамини В группасы жана А (каротин) провитамини, көп калий тузу, жез жана марганец бар.

К о л д о н у у. Ширеси, кагынын кайнатмасы жана жаңы жемиштери тер чыгаруучу жана ар түрдүү суук тийген ооруларга ысыкты басаңдатуучу каражат катары колдонулат. Кара бүлдүркөндүн өтө

бышкан жемишинде ич алдырма, ал эми быша элегинде ичти басылтма касиети бар.

Капуста — капуста белокочанная
Brassica oleraceae
Кайчылаш гүлдүүлөр тукуму — Brassicaceae
Дарылык сырьёсу — жалбырагы, шireси.

Эки жылдык өсүмдүк, тамыры сөңгөктүү. Жалбырактары чоң, эттүү, кезектешип өсөт, муунак тамырлуу. Чачы тобунун көпчүлүк бөлүгүн топ гүлдөр түзөт. Гүлдөрү ак. Мөмөсү көп уруктуу саадакча. Июнда гүлдөйт. СССРдин бардык жеринде жашылча өсүмдүгү катары өстүрүлөт, жашылча өстүрүүчүлүктө негизги ролду ойнойт. Тоголок баш жапайы капуста көп жылдык өсүмдүк. Ламанштын жээктеринде өсөт.

Д а я р д о о. Август-октябрь айларында жалбырагын же тоголок башын жыйнашат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Капустанын жалбырактарында майлуу заттар, B_1, B_2, B_6, Д, К, Р, С витаминдери, кант (декстроз, инозит), каротин, азоттуу зат (аргинин, гастидин, холин), гликозиддер (глюкобрассидин) жана бактерициддүүлүк касиети бар — лизоцим заты да табылган. Капустанын ширесинде витамини деп аталган метилметионинсульфон хлоридинин бир кыйла бар экендиги аныкталган.

К о л д о н у у. U витаминин препараты кургак концентрат түрүндө (0,05 г таблеткасы) карындагы, он эки эли ичегидеги жараны, гастриттерди, колиттерди дарылоодо натыйжалуу каражат болуп саналат. Үй шартында жаңы капустадан майдаланган жанчылган жалбырактарын сыгып ширесин алып карын, он эки эли ичегидеги жара ооруларына, боор, ошондой эле атресклероз ооруларына күнүнө 2—3 жолудан жарым стакандан жылуу түрүндө тамактанаардын алдында ичилет. Туздалган капустанын ширесинде сүт кислоталары өтө көп болот жана аны кант диабети менен жапа чегип жүргөн оорулууларга пайдалануу үчүн сунуш кылынат.

Картөшкө — картофель клубненосный
Solanum tuberosum
Паслендор тукуму — Solanacaeae
Пайдаланылуучу бөлүгү — түйүлдүгү

Көп жылдык чөп өсүмдүк бирок, бир жылдык өсүмдүк катары өстүрүлөт. Тамыры чачылуу жана жер астында мөмөлөгөн өсүмдүк жемиши ар кандай формада өсүп чыгат. Сабагы бутактуу, төмөн жагы цилиндрдей бир аз кырдуу болот. Жалбырактары үзүлмө түгөйсүз канаттай терең оюктуу, жылмакай жана бырыштуу. Гүлдөрү сабактарынын учундагы топ гүлгө топтолушкан, өңү ак, кызгылт кызыл, кызгылтым көк. Мөмөсү өңү жашыл, диаметри 2 см келген көп уруктуу, ширелүү жемиш. Уруктары майда, жалпак, ачык сары болот. Июнь-июлда гүлдөйт. Азыктүлүк, техникалык жана тоют өсүмдүгү катары талааларда жана огороддордо өстүрүлөт.

Химиялык составы. Картошкөнүн түрмөгүндө крахмал, белоктуу, канттуу заттар, клетчатка, гликоалкалоиддер, майлар, органикалык кислоталар, С, B_1, B_2, B_6, Д, РР, К, Е, Н, И витаминдери, фолиев кислотасы, каротиндер, амин кислоталары, минералдуу туздар (кальций, калий, темир, фосфор) жана башка организмге керектүү баалуу заттар бар.

Колдонуу. Картөшкө көптөгөн ооруларды дарылоо жана алдын алуу үчүн зарыл болгон амин кислотасын жана минералдуу туздарды оңой сиңдиртүүчү витаминдердин булагы болуп саналат. Анда сезгенүү ооруларына каршы, жаратты тез айыктыруучу, заара чыгаруучу касиет бар. Андан алынуучу крахмал, жаңы картөшкөдөн сүрүлүп алынган ширеси тамак-аш сиңирүүчү органдардын, жүрөк кан-тамыр системасынын иштешин жакшыртуу үчүн колдонулат. Картөшкө адамдын тамактануусунда тамак-аш азык-түлүктөрүнүн ичинен бирден бир негизги орунду ээлеп турат.

Пияз — лук репчатый
Allium cepa
Лилиялар тукуму — Liliaceae
Дарылык сырьёсу — баш пияз

Көп жылдык өсүмдүк. Пияздын башы жумуртка сымал, диаметри 15 см, сыртынан кызыл-күрөң же ак жука түрпөлөр менен капталып турат, жемиши эттүү, ак, жашыл сымал болот. Жемиши кыска сабактарынын түбүнө жайгашкан. Жалбырактары чоордой, уч жагы кууш, өңү көгүлтүр. Гүл сабагынын бийиктиги 1,5 м чейин келет, чатыр сымал топ гүлдүү. Мөмөсү

үч кырдуу, шар сыяктуу кутуча. Уругу кара, үч кырдуу, бырыштуу, майда болот. Пияз бүт республика боюнча өстүрүлөт. Майда-августа гүлдөйт, июнь-сентябрда мөмөсүн берет.

Химиялык составы. Пияздын башында белоктуу, канттуу, азоттуу заттар, клетчаткалар, кальций, фосфор туздары, гликозиддер, ферменттер, фитин, инулин, С, B_1, B_2, РР витаминдери, А, И провитаминдери, йод, органикалык кислоталар жана эфир майы бар. Эфир майынын составдык бөлүгү жаш чыгаруучу таасирди көрсөтүүчү сульфид заттары болуп саналат.

Колдонуу. Пияз — жакшы фитонцид цинганы, грипптен алдын алуу үчүн, катуу кармаган дем алуу органдарынын ооруларын, тамак ооруну, өнөкөт тонзилит жана башка ооруларды дарылоодо кеңири колдонулат. Пияздын ширеси бал менен 1:1 өз ара катышта, тең салмакта аралаштырып жөтөлгө, бронхитке, көк жөтөлгөн колдонулат. Пияздын препараттары тамакка табит ачат, тамак сиңирүү бездерин секрециялоону жогорулатат, ичегинин перистальтикасын күчөтөт. Пияздан жасалган препарат аллилчеп ичеги атониясына, ич өткөнгө жана гинекологиялык практикага пайдаланылат. Көп витаминдүү каражат катары пияз — гипо жана авитаминоз болуп ооруганда кеңири колдонулат.

Чеснок — лук чеснок
Allium sativum
Лилиялар тукуму — Liliaceae
Дарылык сырьёсу — түбү (жемиши)

Көп жылдык өсүмдүк. Түбү сүйрү, кургак же кызгылт жука кабык каптап турат, бир түпкө бир нече баш топтошкон. Жалбырактары (алар 4—6) жалпагай катар-катар болушат. Гүл сабагынын бийиктиги 30—100 см, гүлдөгөнгө чейин шакек сыяктуу түрүлүп турат, кийин түзөлүп кетет. Гүлдөрү топтолушуп, чатыр сыяктуу. Гүлдөгөнгө чейин топ гүлүнүн баарын кабыкча калкалап турат. Гүлдөрүнүн өңү киргил ак болот. Жыты чесноктукуна окшош. Жапайы өспөйт, колдо айдап сээп өстүрүлөт. Республикада тамак-аш өсүмдүгү катары кеңири тараган.

Химиялык составы. Чеснок пиязда эфир майы (аллицин) бар. Аллициндин өзүнчө жыты бар

жана күчтүү бактерициддүүлүк таасир берет. Эфир майынан башка чеснoктун фитостерин, коюу май, В группасындагы витаминдер жана аскорбин кислотасы табылган.

Колдонуу. Чеснокто грибок жана гельминтозго каршы таасир этүүчү бактерициддүү заттар бар. Чеснoктун препараттары жүрөктүн иштешине түрткү берип турат, жоон кан-тамырларды кеңейтет. Чеснoктун кургак экстрактынын өт тазалоочу таасири бар, аллахол препаратынын составына кирет. Аллилсат препаратын ичеги атониясына, гипертония ооруларына, колиттерде жана атресклерозго дайындашат. Чеснок стамотологиялык жана дерматологиялык практикада кеңири колдонулат.

Бүлдүркөн — малина обыкновенная
Rubus iadeus
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү

Узундугу 0,6—1,2 (1,5) м келген тамырынан бутакчалар өсүп чыккан жарым бадал өсүмдүк. Биринчи жылы көчөтү мөмөсү, чырпак сымал болот. Экинчи жылы мөмө байлайт, бутактары жыгачка окшош. Жалбырактары татаал жуп 3 (5—7) жалбырактуу, асты жагы жыш кийиздей түктүү болот. Гүлдөрү бутактарынын учунда анча чоң эмес чачылуу топ гүлдөргө бир нечеден жайгашышкан. Желекчелери ак, томуктан кыска болот. Аталыгы жана энелиги көп. Мөмөсү өңү кызыл шар сыяктуу татаал сөөкчө, конус формасындагы ак мөмө жайгашкычтан оңой бөлүнүп турат. Сөөкчөлөрү катуу, тоголок, сырты майда көзөнөкчөлүү. Июнда гүлдөйт, июль-августа мөмөсүн берет. Чабындыларда, суу бойлорунда бадалдуу жана токойлуу алкактарда, Ысык-Көл өрөөнүнүн, Кемин тоолорунун төмөнкү жана ортоңку алкактарында, Кыргыз Ала-Тоосунун түндүк жантаймаларында, Чаткал, Фергана тоо кыркаларында кеңири тараган. Бүлдүркөн табигый түрүндө анча көп өспөйт. Анын бир нече себилме сорттору бак арасында кеңири өстүрүлөт.

Даярдоо. Мөмөлөрү толук бышып жетилген мезгилде аба ырайы кургак кезде жыйналат, аны анча чоң эмес себетке же чакага салып торлордун, такталардын бетине жука кылып жайып мешке же 50—

60° температурасындагы кургаткычтарга дароо кургатышат. Мөмөсүн алдын ала бир нече күн бою күнгө тоборсутуп алууга болот. Жай кургатса алар көгөрүп, да басып кетет. Кургаткандан кийин карарган жемиштери ыргалат. Жакшы кургаган мөмөлөрдүн боёгу колго жукпайт.

Даяр сырье узуну 7,5—12 мм болгон формасы тоголок конус сыяктуу бүтүн мөмөлөрдөн турат. Өңү бозумтук-кызыл, жыты азыраак ароматтуу, даамы жагымдуу, кычкыл-таттуу. Жакшы желдеген кургак жайларда стеллаждарда сакталат.

Химиялык составы. Жемишинде кант (фруктоза, сахароза, глюкоза), органикалык кислоталар (лимон, алма, салицил, вино, фолиев жана башкалар) жана алардын туздары, пектин, ашаткыч заттар, С витамининин тагы, былжырлар, эфир майы, β — ситостерин B_1, B_2, РР витаминдери жана майлуу кислоталар бар.

Колдонуу. Кургатылган мөмөлөр ар түрдүү тердетүүчү кошундулардын, чайлардын составына кирет, алар суук тийген ооруларга кеңири колдонулат. Жаңы бүлдүркөндөн балдардын практикасында микстуралардын даамын жакшырта турган сироп даярдашат, жалбырактарынан жана мөмөлөрүнөн витаминдүү жакшы суусундук даярдалат.

Сабиз — морковь посевная
Daucus sativus
Чатырдуулар тукуму — Apiaceae
Дарылык сырьёсу — азык тамыры

Тамыры тез жоноюучу эки жылдык өсүмдүк, түзүлүшү ийик сымал. Азык тамырынын түсү ар түрдүү: кызгылт-сары, кызгылт, ак-саргыл ж. б. себилген жылы тамыры жана тутам жалбырактары өнүп чыгат, экинчи жылы үстүнкү сабагынын бийиктиги 100 см чейин өсөт, бутактуу болот. Жалбырактарынын сөлөкөтү үч бурчтуу, канаттай оюктуу. Гүлдөрү чатыр топ гүлгө топтолушкан, четки гүлдөрү ак, ачык сары-кызгылт, чатырдын борборунда болсо желекчелери коңур кызыл гүлдөр жайгашкан. Мөмөсү жумуру, майда эки уруктуу. Сабиз кыргызстанда бардык обулустарда өстүрүлөт, анын тамак-ашка колдонулган сортторундай эле тоюттук сорттору да бар. Сабиздин түшүмүн жыйноо сентябрь, октябрь айларына туура келет.

Химиялык составы. Сабиздин азык тамырында кант, майлуу жана эфир майы, минералдуу туздар, йод, көп сандагы каротин, В группадагы витаминдер, флавоноиддер, аскорбин жана фолиев кислоталары бар.

Колдонуу. Өсүмдүктүн азык тамыры жана алардын ширеси А — витамини жетишсиз болгондо полиатрит, остеохондроз, өттөгү жана табарсыктагы таш ооруларына каршы колдонулат. Сабиздин мөмөсүнөн даярдалган даукарин препараты жүрөк булчундарына кан жетишпей өнөкөткө айланган ооруга каршы пайдаланат.

Жаңгак — орех грецкий
Juglans regia
Жаңгактар тукуму — Juglandaceae
Дары сырьёсу — жалбырактары, мөмөсү (быша элеги) жана мөмө кабыгы, мөмө коргону

Узундугу 20 м чейинки сөңгөгү жоон, шагы чачырап өсөт, кабыктары жарылып өсүүчү жыгач өсүмдүк. Жалбырактары узун чоң, канаттай, кезектешип өсөт, 2—3төн жуп жалбырактардан турат. Өсүмдүк бир үйлүү, анда аталык жана энелик көрксүз майда гүлдөрү жайгашкан, сөйкө сымал топ гүлгө топтолушкан. Апрель-майда гүлдөйт, август-сентябрда мөмөсүн берет. Жел аркылуу тез чаңдашма өсүмдүк. Мөмөсү — чоң сөөкчө, сырткы бөлүгү эттүү, бышалегинде жашыл болот да, кийин карарып кетет. Жаңгактын сөөгү ар кандай формада жана көлөмдө болот, анын ичинде ачык күрөң түстөгү кабыкча менен капталган данеги бар. Данегинен май алынат, дарылык касиетке ээ.

Кыргызстандын түштүгүндөгү жаңгак токойлорунда уникалдуу (дүйнөдө жападан жалгыз) жапайы түрдө өсүүчү өсүмдүк катары кездешет да, Чаткал жана Фергана тоо кыркаларынын түштүк батыш жантаймаларына кеңири тароо менен Арсланбоб, Кара-Алма, Кара-Үңкүр капчыгайларында өсөт. Жалпы аянты 27 миң га чейинки жерди ээлеп турат.

Даярдоо. Жаңгактын жалбырактарын жайдын башталышында жыты буркурап турган кезинде жыйнашат. Аларды үзүп же сындырып корзинкаларга салышат. Жалбырактарды шүүдүрүмдө же жамгырдан кийин нымдуу жыйноого болбойт, анткени кургат-

канда алар карайып кетет. Жалбырактарын ачык абада же тунукелүү чатырлардын алдына боз кендирге же кездемеге жукалап жайып, мезгил-мезгили менен аралаштырып кургатышат.

Даяр сырье үстүнкү бети күңүрт-жашыл, астыңкы бети бир кыйла ачыгыраак өзүнчө жалбырактардан турат. Жакшы жыты бар. Даамы оозду дүүлүктүрмө ачуу.

Кургаган жалбырактарды жакшы желдеген кургак жайлардагы стеллаждарда сакташат.

Жаш түрүндө пайдалануу үчүн керек болгон мөмөлөрүн жалбырактары ката элек кезинде жыйналат.

Жаңгактын мөмө кабыгын мөмөлөрүн жыйнаган кезде (август-сентябрь), аларды бычак менен тепетең кесип карайган жана жабырланган жерлерин кесип ташташат. Кургаткычтарга же температурасы 30—40° мештерге дароо кургатышат.

Даяр сырьёсу жыты жок, катуу кабык менен капталган эки бөлүктөн турган жемиш.

Химиялык составы. Жалбырактарында жана айрыкча кабыктарында юглон, гликозиддер, флавоноиддер, ашаткыч заттар, эфир майы бар. Жалбырактары С витаминине жана каротинге бай. Данеги майлуу, көп сандаган жеңил өздөштүрүлүүчү майлар, углеводдор, белоктор, ошондой эле витаминдер, минералдуу туздар, микроэлементтер бар. Бышалек кезинде С витаминине бай, Р, Е, В группасындагы витаминдер да бар.

Колдонуу. Жангак жыгачынын негизги баалуулугу, бул толук жарамдуу, эң жакшы аш болумдуу, каллориялуу данеги азык-зат болуп эсептелет. Гипо жана авитаминоз болуп ооруган адамдарга диетикалык азык катары, кобальттын жана темирдин туздары организминде жетишсиз учурунда денени жалпы чыңдоочу каражат катары ошондой эле атеросклерозду дарылоо алдын алуу үчүн сунуш кылынат.

Баклажан паслёну — паслён-баклажан
Solanum melongena
Паслёндор тукуму — Solanaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Баклажан бир жылдык өсүмдүк, узундугу 30—70 см чейин, колдо айдап өстүрүлөт. Сабагы жашыл, жемиши эттүү, кээде тикенектүү. Жалбырактары ке-

зектешип орношкон, жөнөкөй, жумуру, бүтүн же канаттай айчыктуу, өңү жашыл же кызгылт көк болот. Гүлдөрү, жалгыздан же 2—7ден, жарым чатырча. Гүл саптары, гүл орундугу чөйчөкчөсү, жылдыз сымал калың түктөрү көп болгондуктан бозомук түстө. Таажысынын көп бөлүгүнүн өңү кызгылт көк, 5—8 тишчелүү, диаметри 3—4 см чейин жетет. Мөмөсү — жемиши, 5—20 см кээде андан узун сүйрү, формасы алмурут сыяктуу өңү сыя гүл түспөлдүү (уругу толук бышып жетилгенде ачык сары), кызылы сейрек же агыш түстө, эти тыгыз. Уругу жалпак, өңү саргыч — ак келет. Июнь-июлда гүлдөйт, июлдун аягынан баштап мөмө бере баштайт. Кыргызстандын бардык дыйканчылык зоналарында, аянттарында жана огороддордо өстүрүлөт.

Химиялык составы. Баклажандарда 90% ке жакын суу, кант, клетчатка, аскорбин кислотасы, В группасындагы витамин, А провитамини, көп калийдин туздары, баклажанда гана учурай турган атайын зат, мелонгена (соланин) бар.

Колдонуу. Баклажан атеросклероз жана жүрөк-кан тамыр системасы бузулган (шишик ж. б.) оорулардын тамактануусуна кеңири сунуш кылынат.

Бир жылдык калемпир — перец стручковый (однолетний)
Capsicum annuum
Паслёндор тукуму — Solanaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Узундугу 30—90 (130) см келген бир жылдык, тике өсүүчү, тарбагай же төшөлүп өсүүчү өсүмдүк. Сабактары жылаңач, төрт кырдуу. Жалбырактары жөнөкөй, түгөйү менен же кезектешип өсмө, формасы сүйрү, сабактуу. Гүлдөрү жалгыздан, киргил агыш кызгылт тактары бар. Жемишинин ширеси жокко эсе, ичи көңдөй, түсү ар кандай формасы жагынан дээрлик конус сымал келет. Ар кандай сортторунун даамы — ар башка кээси оозду дүүлүктүрмө ачуу, кээси таттуу. Уругу жалпак, бозомук — саргыч. Майда гүлдөйт, июль — октябрда мөмө берет. Көптөгөн сорттору өстүрүлөт.

Химиялык составы. Мөмөсүндө алкалоид капсаицин, эфир майы, сапониндер, каротиндер, аскорбин кислотасы жана анча көп эмес сандагы Р, В

жана B_2 витаминдери бар. Мөмөдө капсаициндин болушу куйкалама ачуу даамды берет.

Колдонуу. Медициналык практикада бир жылдык калемпирдин мөмөсүнүн ширеси ачуу даам катары пайдаланылат: ал суукка урунган денеге сыйпоочу, татаал калемпир майынын жана калемпир пластырдын составына кирет.

Шабдалы — персик обыкновенный
Persica vulgaris
Роза гүлдүүлөрү тукуму — Rosaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Узундугу 3 м чейин жеткен кызгылтым кабыгы күрөң, жоон сөңгөктүү жана шактуу жыгач өсүмдүк. Жалбырактары ланцеттей сүйрү, учтары араа тишчелүү, сабагы кыска. Гүлдөрү жалкы, өңү кызгылт, жалбырактары пайда болгонго чейин ачылат.

Мөмөсү — ширелүү ширин эттүү сөөкчөсү бар, сырты баркыттай. Мөмөсү тоголок, жалпак (инжирдей), жумшак болот. Өңү — агыш жашылдан саргыч-кызгылтка чейин боло берет, капталдары кызыл болот. Этинин өңү сары, кызгылт, ак, даамдуу, жыпар жыттуу, ширин же кычкылыраак келет. Сөөк данеги быдырала болот. Уругу (данеги) ачуу.

Март-апрелде гүлдөйт, июнь-сентябрда мөмөсүн берет. Бүткүл Кыргызстан боюнча жана көл өрөөнүндө кеңири өстүрүлөт.

Химиялык составы. Мөмөсүндө кант, органикалык кислоталар, калий туздары, темир, магний, эфир майлары, В группасындагы витаминдер, каротиндер, фенолкарбон кислоталар, пектин, боёмо заттар, каротиноиддер көп. Уругунда 57%ке чейинки коюу май, гликозид амигдалин, эфир майы, ферменттер жана башка заттар бар.

Колдонуу. Шабдалынын мөмөсү дарылык максатта заара чыгаруучу каражат катары пайдаланылат. Жанадагы гипохром анемия менен ооруган, жүрөктүн иштөө ыргагы бузулуп ооруган адамдардын тамак-ашынын рационуна кошуп берүү жакшы натыйжа берет.

Тармал аш көк — петрушка кудрявая
Petroselinum crispum
Чатырдуулардын тукуму — Rosaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Бир-эки жылдык өсүмдүк, ичке ийик сымал тамырлуу жана эки-үч жалбырактуу, жылмакай же тармал пластинкалуу, жалбырактын айчыктарынын мизи кетилген. Гүлдөрү — чатырча топ гүлгө топтолушкан, көрксүз өңү бар, саргыч жашыл же агышыраак келет. Мөмөсү сүйрү жазы болот. Июнда гүлдөйт, июлда мөмө берет. Өсүмдүктүн өзүнчө жыты бар. Жакшы жыт берүүчү жана жашылча өсүмдүгү катары өстүрүлөт, жапайы түрүндө өспөйт.

Химиялык составы. Тамыры жана жалбырагы эфир майына бай, анын составдык компоненти апиол, миристицин болуп эсептелет. Булардан башка да флавоноиддер, аскорбин кислотасы, B_1, B_2, PP витаминдери, каротин жана минералдуу туздар табылган.

Колдонуу. Тармал аш көктүн мөмөсүнүн суудагы демдемеси түрүндө жана чайдай кылып демдеп иче турган чөп кошундулардын составына кошуп, бөйрөк жана жүрөк ооруганда заара чыгаруучу каражат катары пайдаланылат.

Тармал аш көктүн чөбү тамакты витаминдер, минералдуу туздар менен толуктап даамына келтирет.

Помидор — помидор культурный
Lycopersicum esculentum
Помидорлор тукуму — Solanaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Бул кадимки эле көп жылдык өсүмдүк, колдо бир жылдык өсүмдүк катары өстүрүлөт. Сабагы тике туруучу же төшөлмө, безчелүү саксайган түктөрү бар. Жалбырактары татаал кезектешип, үзүлмө канат сыяктуу терең оюктуу. Жалбырак сегменттери (муунактары) чоң, бүтүн болот. Гүлдөрүнүн өңү жашылсары, алар бутактарынын кылда учунда же жалбырак кычыктарында жайгашып, чачы топ гүлгө топтолушкан. Мөмөсү ар кандай формада кызыл, сары түстөгү көп уруктуу, эттүү жемиш.

СССРде өсүмдүктүн 4 түрү гана эгилет алардын ичинен биздин республикада, ачык жана жабык топуракта өстүрүлүүчү бир гана түрү кездешет.

Химиялык составы. Мөмөсүндө кант, пектин заттары, органикалык кислоталар, каротин, С, B_1, B_2, Р, К витаминдери жана минералдуу туздар бар.

К о л д о н у у. Помидор дени таза адамдардын тамак-аш рационуна, ошондой эле гипацид гастрити жана ичеги атониясы, жүрөк кан-тамыр жана ичеги-карын бузулган орулуулардын тамак ашынын рационунда жакшы натыйжа берет. Помидордун эти, ширеси жана көптөгөн кремдердин, лосьондордун составына кирет.

Помидордун мөмөсү күндөлүк тамак-ашка, жаңы мариновкаланган, туздалган түрүндө кеңири пайдаланылат, алардан салат, ачуу татымал, паста, шире, консерваларды даярдашат.

Кант кызылча — свекла обыкновенная
Beta vulgaris
Шакардуулар тукуму — Chenopodiaceae
Пайдалануучу бөлүгү — азык тамыры

Эки жылдык тамыры азык өсүмдүк. Биринчи жылы жоон тамыр муунунан сабактуу жалбырактары жана ар кандай формадагы азык-тамыр деп аталган, эттүү тамыры өнүп чыгат. Экинчи жылы тамырындагы аш болумдуу заттардын эсебинен узундугу 80—200 см бутакча өсүп чыгат. Гүлдөрү майда, 1—8 болуп түйдөкчөлөргө топтолгон, экинчи жылы шыпыргы сымал топ гүлдү түзөт. Гүлдөрү беш мүчөлүү, өңү жашылыраак-ак, 2—5тен болуп топтолушкан. Мөмөлөгөндөн кийин уругу калып өсүмдүк куурап калат. Уругу бир нече уруктан турган түйдөкчөнү, бүтүн топ мөмөнү элестетет.

Чүй өрөөнүндө үрөндүк өсүмдүк катары жана огороддордо өстүрүлөт.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Азык-тамырында бетаин — негизги таасир этүүчү зат, белоктор, клетчаткалар, кант, пигменттер, минералдуу туздар (магний, калий, кальций, темир, йод), B_1, B_2, B_6, C, E, P, PP витаминдери, макро- жана микроэлементтер бар. Жалбырагында аскорбин кислотасы, каротин, боёмо заттар бар.

К о л д о н у у. Азык тамырдын канттуу сорттору кант алуу үчүн сырё болуп эсептелет. Кызылчанын тамак-аш сорту күнүмдүк тамак-ашка кеңири колдонулат. Кызылчадан жасалган тамак-аштарда диетикалык дарылык касиет бар жана көптөгөн ооруларды дарылоодо ийгиликтүү колдонулат. Клетчаткалар жана органикалык кислоталар ашказандын секреция-

сын жана ичегинин перистальтикасын стимулдаштырат, ошондуктан булар спазмалуу колиттерди дарылоо үчүн пайдаланылат.

Жыттуу-сельдерей — сельдерей пахучий
Apium graveden
Чатырдуулар тукуму — Apiaceae
Керектелүүчү бөлүгү — чөбү, тамыры

Бир-эки жылдык үч ача жана канат сымал жалбырактуу жашылча өсүмдүк. Биринчи жылы жалбырактарынын түйдөгү, экинчи жылы кээде бийиктиги 100 см жеткен сабагы өнүп чыгат. Гүлдөрү 6—12 шоолалуу чатырча топ гүлгө топтолгон. Гүлдөрү майда, ак. Мөмөсү тегерек, майда, өңү бозомук же малараак күрөң. Кыргызстандын бардык обулустарынын дыйканчылык зоналарындагы короо жай участокторунда өстүрүлүүчү өсүмдүк.

Химиялык составы. Өсүмдүктө эфир майы бар, ал эми мөмөлөрүндө өтө көп (6%ке чейин) топтолот. Андан башка да мөмөлөрүнөн фурокумариндер, коюу май; жалбырактарынан гликозид — апин, В, С витаминдери, каротин; тамырларынан — эфир майы, аспарагин, былжырлар, цитрин, аскорбин кислотасы, B_1, B_2, РР витаминдери, фурокумариндер, ат кулак кислотасы, флавон заттары, минералдуу туздар (калий, кальций, фосфор, натрий) табылган.

Колдонуу. Сельдерейде тамак-аштык жана дарылык касиет бар. Медицинада зааранды чыгаруучу жана оорунун күчүн басылтуучу каражат катары пайдаланылат. Сельдерейдин эфир майында сезгенүүгө каршы таасир бар жана ашказан согунун бөлүнүп чыгышын стимулдаштырат. Сельдерей өзүнчө даамы, жыты бар кеңири тараган жашылча өсүмдүк, тамак-аштын, салаттардын даамын жакшыртуу жана жыттуу болушу үчүн колдонулат.

Чыны карагат — смородина черная
Ribes nigrum
Саксифрагалар тукуму — Saxifragaceae
Дарылык сырьёсу — жемиши, жалбырагы.

Узундугу 125 см келген саргыч боз жаш бутакчалары бар шактуу бадал өсүмдүк. Жалбырактары кезектешип орношкон, үч-беш айчыктуу, саптуу, үстүң-

күү бети жылаңач, астыңкы бети чекиттүү безчелер менен капталгандыктан жагымдуу жыты бар. Гүлдөрү (5—10), кызгылт түстүү, ийилген чачылары топ гүлгө топтолушкан. Мөмөсү көп уруктуу, кара, жыпар жыттуу, диаметри 10 мм чейинки тоголок жемиш. Майда-июнда гүлдөйт, июлда мөмө берет.

Ысык-Көл жана ички Тянь-Шань ойдуңдун капчыгайларында жана тоо сууларынын жээктеринде жолугат.

Д а я р д о о. Чыны карагаттын жапайы же өздүк чарбада себилип өстүрүлгөн түптөрүнөн, эртең менен шүүдүрүм кургагандан кийин же кечке жуук бышып жетилген мөмө жемишин үзүп жыйнайт. Жыйналгандан кийин жашылча мөмө кургаткычтарда же мештерде, калбырга жукалап жайып дароо кургатылат. Кургатуу алгач 30—40° температурасында жүргүзүлөт, андан кийин акырындык менен 60—80°ка чейин жеткирип кургатышат.

Даяр сырьё диаметри 0,4—1 см келген, чокусунда конус сыяктуу чөйчөкчөнүн калдыгы бар, өңү кара, бырыштуу, бөлөк-бөлөк мөмөлөрдөн турат. Жыты ароматтуу, даамы кычкыл болот.

Жалбырактарын жайдын капортосунда, кол менен үзүп жыйнайт. Тунукелүү чатырлардын же бастырмалардын алдына жакшы желдетилүүчү көлөкөгө, кагаздын бетине жука кылып жайып кургатат.

Даяр сырьё үч-беш айчыктуу жашыл же бозомук жашыл, үстүңкү бети жылаңач, астыңкы бети чекиттүү безчелер менен капталган сабактуу жалбырактардан турат. Өзүнчө жыты болот. Сүргөндө жыты ого бетер күчөп кетет. Кургаган жалбырактар жакшы желдей турган жайларда сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Жемиши аскорбин кислотасына, Р витаминине, органикалык кислоталарга, кантка, каротинге, пектин жана ашаткыч заттарга бай, флавоноиддер, эфир майынын тактары, B_1, B_2 витамини, учуп кетме фитонциддер жана микроэлементтер бар. Жалбырагында эфир майы, аскорбин кислотасы болот.

К о л д о н у у. Чыны карагат — поливитаминдүү болот. Кургак мөмөсү чай катары демделет, алар ит мурундун мөмөсү менен бирге витаминдүү чөп кошулмалардын составына кирет. Чыны карагаттын жалбырактары бөйрөктүн эндокриндик безинин сырткы кабыгынын функциясына стимулдаштыруучу таа-

сир көрсөтөт. Чыны карагатта дарылык касиетинин болушу анда витаминдердин, темирдин, калийдин, пектин жана ашаткыч заттардын, органикалык кислоталардын болушу менен шартталган.

Ашкабак — тыква обыкновенная
Cucurbita pepo
Ашкабактар тукуму — Cucurbitaceae
Дарылык сырьёсу — **уругу**

Бир жылдык кабыгы катуу, эти калың, тамыр системасы терең төшөлүп өсмө чөп өсүмдүк. Сабагы түктүк сымал бутактуу, төшөлүп же жармашып өсмө, узундугу 2—8 м. Жалбырактары чоң-чоң терең беш айчыктуу. Гүлдөрү сары, жыттуу, бир жыныстуу, жалгыз үйлүү, мөмөсү — ашкабагы. Көп уруктуу уругу эллипси формасында жалпак, өңү агыш, саргыч алкагы бар. Июнда гүлдөйт, августта мөмө берет. Чүй өрөөнүндө огород өсүмдүгү катары өстүрүлөт.

Д а я р д о о. Уругун бышып жетилген жемишинен ажыратып тазалап даярдашат. Абада гана кургатылат. Даяр сырье формасы эллипстей жалпак өзүнчө уруктардан турат. Сырткы кабыгы жыгач сымал, өңү сортуна жараша ар түрдүү. Ичинде эки чоң саргычыраак — ак урук түйүлдүгү болот. Жыты болбойт, жагымдуу даамы бар. Кургак уруктары жакшы желдетилген кургак жайларда стеллаждарда сакталат.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Уругунда — составында май кислоталарынын глицериддеринин өтө көп жыйындысынан турган ситостерин, кукурбитол коюу, майы, амин кислоталары, алкалоиддер, чайырлуу заттар, органикалык кислоталар, В группасындагы витаминдер, аскорбин кислотасы бар. Уругунун этинде B_1, B_2 витаминдери, никотин кислотасы, каротиноиддер, каротин, кант жана аскорбин кислотасы бар.

К о л д о н у у. Кабыгынан тазаланган уруктар ички кабыгы менен эмульсия түрүндө тасма курттарга, анда-санда жумуру курттарга антигелминттик дары катары колдонулат. Антигельминттик касиети бар башка өсүмдүктөргө караганда активдүүлүгү азыраак болсо да, ашкабактын уругунун организмди ууландыруучу таасири кем. Уругу жана жемиши организмге заара чыгаруучу жана бир аз ич алдыруучу таасирин көрсөтөт. Ашкабакты боор, бөйрөк, подагра (муун) ооруларына дайындашат. Витаминди иштеп чыгаруу-

чу өнөр жайында каротинди алуу үчүн негизги сырьё болуп саналат.

Жыттуу аш көк — укроп пахучий
Anethum graveolens
Чатырдуулар тукуму — Apiaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү.

Узундугу 30—150 см келген жагымдуу жыты өтө күчтүү, бир жылдык өсүмдүк. Тамыры ичке, ийик сымал. Сабагы жалкы, тике өсөт, шактуу, ичке бороз кырдуу, ичке алмак-салмак, агыш же жашыл тилчелери бар. Жалбырактары кезектешип үч же төрт канаттай терең оюктуу, формасы жумуртка сымал. Топ гүлү — туурасынан 15 см чейинки 30—50 жылмакай шоолалуу татаал чатырча. Гүлдөрү сары. Мөмөсү сүйрүрөөк, арт жагы кууш, бозумтук — күрөң эки данектүү формасы жазы эллипстей. Июнь-июлда гүлдөйт. Огороддо өстүрүлүүчү өсүмдүк.

Д а я р д о о. Аш көктү мөмөсүн жайдын экинчи жарымында, мөмөлөрү 50—60% бышып жетилгенде даярдайт. Өсүмдүктү бүт бойдон чаап же орок менен оруп, бычак менен кесип алышат. Андан кийини боолап бышып жетилүү үчүн жана кургатуу үчүн коюп коюлат. Майдалап веялкада (эгин сапыруучу машина) жана элекке элеп тазаланат.

Даяр сырьё узундугу 3—7 мм жана жазылыгы 4 мм чейинки жалпак, формасы жазы эллипстей же сүйрү өзүнчө мөмөлөрдөн турат. Сырткы өңү бозомук — күрөң ортосу саргыч жана каптал кабыргалары ачык сары. Өзүнчө буркураган күчтүү жыты бар. Бир аз куйкалама жыты, жакшы таттуураак даамы бар.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Мөмөсүндө эфир майы, коюу май, белок заттары, фитонциддер бар. Карвон, фелландрен, лимонен, анетол жана башка терпендер эфир майынын составдык бөлүктөрү болуп саналат. Жалбырактарынан аскорбин кислотасы, каротин, эфир майы, флавоноиддер, калий, кальций, фосфор жана темирдин туздары табылган.

К о л д о н у у. Гипертония ооруларына бромдуу натрий менен бирге суудагы демдеме түрүндө, колдонулат, ошондой эле ичеги-карын ооруларына спазмды жоготуучу жана ич көпкөндө, жел чыгаруучу жана тамакка табит чаптыруучу каражат катары сунуш кылынат. Аш көктүн жалбырактарында каро-

тиндин, темирдин, С витамининин көп болушунан улам анемияны дарылоодо колдонулат.

Кадимки фасоль — фасоль обыкновенная
Phaseolus vulgaris
Чанактуулар тукуму — Fabaceae
Пайдалануучу бөлүгү — даны

Үч жалбырактуу узун саптуу жан жалбырактуу бир жылдык чөп. Оролуп өсмө өсүмдүк. Гүлдөрүнүн өңү саргыч-ак, кызгылт көк. Чачысы жана гүлдөрү сейрек. Мөмөлөрү — чанактар. Алар сүйрү, салаңдап турат, уруктарынын ортосунда жука тосмолору бар. Уруктары майда, жалпак эллипстей же бөйрөк сымал, бир өңчөй же ар кандай түстүү, чаар болуп турат. Себилме өсүмдүк, республиканын дыйканчылык зоналарында эгилет, жапайы түрүндө кезикпейт.

Химиялык составы. Фасолдун мөмөсүндө белок, углевод, коюу май, аскорбин кислотасы, В группасындагы витаминдер, клетчатка калий, фосфор, жез, цинк бар. Саадагы бетаинге, гемицеллюлозага жана оңой сиңимдүү амин кислотасына бай келет.

Колдонуу. Фасолдун даны атресклероз, гипацид гастрити, жүрөктүн иштеши бузулган оорулуулардын диетикалык азыктануусуна ар кандай тамак-аш түрүндө кеңири колдонулат.

Мисте — фисташка настоящая
Pjstacia vera
Сумахтар тукуму — Anacardiaceae
Дарылык сырьёсу — галлалары (томпокчолор)

Узундугу 5—7 (10) м чейин жеткен, жарым шар сымал дүпүйгөн шактуу, жалбырактары жыл сайын күбүлүп түшүп туруучу бадал өсүмдүк. Жалбырактары кезектешип орношкон, жөнөкөй же татаал, үчтөн үч жуп жалбырактуу же түгөйү жок канаттай. Эки үйлүү өсүмдүк. Гүлдөрү эки жыныстуу же жалкы жыныстуу, түз, майда болот. Аталык гүлдөрү жыш, татаал шыпыргысында чачысы болот. Энелик гүлдөрү бир кыйла аз жана кууш шыпыргысында.

Мөмөсү — данек же жаңгак, формасы сызгыч — ланцеттей же, дээрлик тоголок болот. Мөмө коргону жеңил эле бөлүнөт, (бышкан мөмөлөрүнүкү), өңдөрү

ачык сары кызгылт, саргыч кызгылт, кызгылт, коңур-кызыл, коңур кызгылт көк болот. Ички бөлүгү жашылыраак. Марттан майга чейин гүлдөйт, июль-сентябрда мөмө берет. Фергана өрөөнүнүн тоо этектеринде жана бөксөлөрүнүн таштуу жантаймаларында, ошондой эле Фергана, Чаткал, Алай тоо кыркаларында өсөт. Галлыны августта жыйноо үнөмдүү.

Химиялык составы. Галлыда 50%ке чейин пирогаллон группасындагы ашаткыч заттар, жалбырагында алар 13—14%, С витамини, органикалык кислоталар бар. Уругунда кургабай турган коюу май көп.

Колдонуу. Галлдар медициналык танинди жана анын кошундуларын: танальбинди, танисмутту, танаформаны ж. б. алуу үчүн сырьё болуп саналат. Таниндин препараттары күйүктү, жараны, стоматиттерди, колиттерди дарылоо үчүн колдонулат жана металлдар, гликозиддер, алкалоиддер менен катуу ууланганда ага каршы пайдаланылат.

Хрен — хрен обыкновенный
Amoracia rustinaca
Кайчылаш гүлдүүлөр тукуму — Brassicaceae
Дарылык сырьёсу — жалбырагы, тамыры.

Узундугу 50—150 см келген көп жылдык чөп өсүмдүк. Тамыры жоон, эттүү. Биринчи жылы ал чоң сабактуу, сүйрү каралжын-жашыл жалбырактардын тамыр муунун түзөт, кийинки жылдары сызгыч үстүңкү жалбырактары пайда болот. Көп сандаган ак гүлдөрү болот. Июнь-июлда гүлдөйт, адатта урук албайт, сейрек мөмөлөйт. Мөмөсү тор сыяктуу чырмалышкан. Республиканын бардык обулустарынын дыйканчылык зоналарында тамыры жыттуу өсүмдүк катары огороддордо өстүрүлөт. Жапайы өскөн түрүндө да кезигет.

Химиялык составы. Тамырында гидролиздегенде эфир майын ажыратып чыгаруучу — тиогликозид жана кант, крахмал, чайырлуу, азоттуу заттар, майлар, аскорбин кислотасы, флавоноиддер, минералдуу туздар (калий, кальций, фосфор), алкалоиддердин тактары бар. Тамырдын таза ширесинде лизоцим ферменти бар.

Колдонуу. Медициналык практикада хренден сыгылып алынган таза ширесин, боткосун, суудагы

демдемесин тамакка табит чаптыруу, тамакты сиңирүүнү жакшыртуу үчүн колдонулат. Диуретикалык касиети да бар. Стафилококк инфекция микробуна каршы таасири бар экендиги аныкталган. Хрендин тамыры кулинарияда эт жана жашылча тамак-аштарына татымал катары колдонушат.

Моюл — черемуха обыкновенная
Padus racemosa
Роза гүлдүүлөрдүн тукуму — Rosaceae
Дарылык сырьёсу — мөмөсү

Жалбырагы анча чоң эмес бадал өсүмдүк. Гүлдөрү ак, узун чачы сымал үлбүрчөк топ гүлгө топтолушкан. Мөмө формасы шар сымал тоголок, өңү кара-кочкул же эти кара мөмө калканчы бар сөөкчө. Сөөгү тоголок же ийри-буйру оюктуу. Май-июнда гүлдөйт, июлда-августа мөмө берет. Моюл順順 Кеминде, Суусамыр суу жээктерине тараган. Дарылык жана декоративдүү өсүмдүк катары кеңири эгилет.

Х и м и я л ы к с о с т а в ы. Мөмөсүндө ашаткыч, канттуу заттар, органикалык кислоталар (алма, лимон), коюу майлар, аскорбин кислотасы, флавоноиддер, гликозид-амигдалин бар.

К о л д о н у у. Моюлдун мөмөсүнүн суудагы кайнатмасы, демдемеси ич өтүп, ооруганда басылтуучу каражат катары ичүүгө колдонулат. Моюлдун мөмөсү дарылык жана комплекстүү (ашказан) чөп кошулмалардын составында кошулат.

Козу кулак — шавель кислый или обыкновенный
Rumex acetosa
Кымыздыктар тукуму — Polygonaceae
Пайдалануучу бөлүгү — жалбырактары.

Бийиктиги 25—85 см чейин, тамырсабагы кыска, эки же бир үйлүү көп жылдык чөп өсүмдүк. Формасы боюнча жалбырактары сүйрүланцеттей, түбү жебе сымал, тамырындагы жалбырактары саптуу, жогорку жагындагылары сапсыз болот. Адатта жан жалбырактуу, алар сабак муундарына жабышып өсүп, оролуп кабыкка окшош раструпту пайда кылып турат. Гүлдөрү жашылыраак, шыпыргы топ гүлгө топтолушкан, бир жыныстуу. Мөмөсү үч кырдуу жаңгакча. Июндан июлга чейин гүлдөйт жана мөмө

берет. Козу кулак бийик тоолуу өсүмдүк, субальпикалык жана альпикалык шалбаалуу алкактарда, саздарда, булактын бойлорунда, кээде бүт Кыргызстандын токойлуу алкактарында өсөт. Өсүмдүктөрдүн ичинен кеңири тараган түрү.

Химиялык составы. Жалбырагында белоктуу, канттуу, ашаткыч заттар, таза козу кулак кислотасы, аскорбин кислотасы, каротин, флавоноид гликозиддери, микроэлементтери бар.

Колдонуу. Жалбырактарынан, тамырынан жасалган гален препараттары ичеги-карын ооруларына колдонулат, салат, жашыл татымал азык түрүндө да кеңири колдонулат.

Алма — яблоня домашняя
Malus domestica
Роза гүлдүүлөр тукуму — Rosaceae
Пайдалануучу бөлүгү — мөмөсү

Формасы шар сыяктуу же тарбагай шактуу, жалбырактары кезектешип орношкон жумуру жыгач өсүмдүк. Өркүндөрү эки түрдүү: узун вегативдүү жана кыска генеративдүү. Гүлдөрү аз, чатыр топ гүлгө топтолушкан, өңү ак же кызгылт. Мөмөсү — алмасы ар кандай формада, көлөмдө жана түстө болот. Апрелде-майда гүлдөйт, июлда-августа мөмөсүн берет. Республикабызда Чүй, Ысык-Көл, Ош обулусунда жана Нарын аймагынын айрым райондорунда негизги жемиш өсүмдүгү катары кеңири өстүрүлөт. Кыргызстандын түштүгүндөгү жаңгак мөмө-жемиш токойлорунда жапайы түрүндө чоң аятты ээлеп турат.

Химиялык составы. Мөмөсүндө кант, клетчатка, пектиндер, органикалык кислоталар, ашаткыч заттар, эфир майы, В, Р, витаминдери, каротин, фитонциддер, минералдуу туздар (марганец, калий, натрий, кальций) бар.

Колдонуу. Мөмөсүндө пектин заттардын жана таниндердин болушунан улам медициналык практикада оор жана өнөкөткө айланган энтроколит ооруларына диетикалык азык катары пайдаланат. Алманын кычкыл сортторунан каны аздарга пайдалануучу темир кошулган алма — кычкыл экстракт даярдалат; дерматологиялык практикада таза алмадан жасалган ботколор сезгенген тери ооруларында пайдаланылат. Алманын калориясынын аз болушу, се-

мирип кеткен адамдарды дарылоодо табылгыс дары болуп эсептелет.

ЭЛДИК МЕДИЦИНАДА КОЛДОНУЛУУЧУ ДАРЫ-ДАРМЕК ӨСҮМДҮКТӨРҮ

Адам баласына дары-дармек өсүмдүктөрү жана алардын дарылык максатта пайдаланылышы байыртадан бери белгилүү. Адамдардын дары өсүмдүктөрүн пайдалануудагы кылымдардан берки тажрыйбасы жаңы маалыматтар менен байып муундан-муунга өтүп келе жатат жана азыркы илимий медицинанын бирден-бир башкы негизи болуп саналат. Илимий медицина көпчүлүк өсүмдүктөргө, алардын практикалык пайдаланышына илимий негиз бергендиги үчүн элдик медицинага милдеткер.

Кыргыз элдик медицинасында башкача бир өзгөчөлүк бар. Анын өзгөчөлүгү башка элдин медицинасында белгисиз болгон чөптөр жана ыкмалар бар экендигинде. Жергебиздеги дары-дармек өсүмдүктөрүнүн тобунун өзүнчө бөтөнчөлүгү — алар Кыргызстандын гана флорасында өсүүчү табигый өсүмдүктөр болуп эсептелет. Кыргыз табыптары оорулуу адамдарды, жаныбарларды дарылоодо өсүмдүктөрдү кеңири пайдаланышкан.

Биз жергиликтүү калк кеңири пайдаланган айрым дары-дармек өсүмдүктөр жөнүндө маалымат беребиз.

Миң дубана — белена черная
Hyoscyamus niger
Помидор гүлдүүлөр тукуму — Solanaceae
Пайдалануучу бөлүгү — жалбырагы

Сабактары муунак, сүйрү келген жалбырактары бар эки жылдык өсүмдүк. Сабагы без түкчөлөргө жыш капталган. Жалбырактары кезектешип жайлашкан оюктуу — тиштүү, жогорку жалбырактары сапсыз, жарым сабакка жабышып турат. Гүлдөрү бурулча сымал чоң, сабактарынын, бутактарынын учунда жайгашкан, өңү киргилирээк — саргыч келет, көп сандаган киргилирээк кызгылт — көк тамырчалары болот. Формасы жумурткадай жарым шарга окшош ачылма капкакчасы бар эки уялуу кутучада мөмөсү болот. Уруктары майда күрөң болот.

Өсүмдүктүн өзүнө тийешелүү жагымсыз жаман жыты бар. Уулуу. Дыйканчылык зооналарда, жолдордун бойлорунда, бактарда, огороддордо отоо өсүмдүктөрү катары жалгыздан өсөт, жыш болуп өсүшпөйт.

Өсүмдүктүн бүт органдарында уулуу алкалоиддер (гиосциамин, скополамин), ошондой эле гликозиддер, коюу майлар, С витамини бар.

Колдонуу. Жергиликтүү калк миң дубананы ооруну басылтуучу каражат катары кеңири колдонушат, уруктарын майдалап талкалап, тиштин оюлган жерлерине коюшат. Ревматизмге, радикулитке ванна түрүндө чөптүн суудагы кайнатмасы пайдаланылат. Кулактын ичи ооруганда жалбырактарынын ширеси, ириңдеген процесстерге ысык сууга салынган жалбырактарынан басууга болот.

Миң дубананы жашыл чөп кезинде, жеген мал сейрек ууланат. Бирок жаш жана ири мүйүздүү мал жана канаттуулар, койлор үчүн кургатылган чөптүн составында миң дубананын чөбү кошулуп калышы өтө коркунучтуу.

Жазы жалбырактуу гирчовник — гирчовник широколистный
Conioselinum latifolium
Чатырдуулар тукуму — Apiaceae
Пайдалануучу бөлүгү — тамыры

Көгүш-жалтырак тоголок сабагы бар көп жылдык чөп өсүмдүк. Жалбырактары жазы, үч бурчтуу, үч же төрт тереӊ оюктуу саптуу. Топ гүлү майда, көп гүлдүү чатырчаларынын өңү ак. Мөмөсү жазы жумуртка сымал. Тамыры жоон.

Токойлуу жерлерде, кум чайкаган жерлерде, суулардын жээктеринде, арчалуу төрлөрдө, бийик тоолуу шалбааларда (деңиз деңгээлинен 3000 м чейинки) бүткүл республика боюнча өсөт.

Гирчовниктен эфир майы (феландрен, миристин), флавоноиддер (кверцетин, кемпферол), алкалоиддер, лактондор табылган, жүрөк гликозиддеринин тактары бар, мөмөсүнөн кумариндер табылган.

Колдонуу. Эл аны ичеги-карын ооруларына (оору басылтуучу каражат катары) гирчовниктин тамырынын суудагы демдемесин же кайнатмасын кеңири колдонушат. Зыяндуу курт-кумурскаларды

жоготуучу каражат катары, кургатылган, майдаланган тамыры колдонулат.

Жаныбарларга коюлган экспериментте гирчовниктин спирттеги ачытмасы артерия кан тамырынын басымын бир кыйла төмөндөтөт, ооруга болгон реакцияны басаңдатат; уулуулугу анча чоң эмес.

Сары башыл чөп — девясил британский
Inula grandis

Сойлоп өсмө түйүндүү тамырсабактуу жана тамыры анча көп эмес көп жылдык өсүмдүк. Сабагы түз кабыргалуу. Жалбырактарынын формасы эллипстей же ланцеттей. Жалбырактары жана сабактары түктүү. Гүл себетчелери анча көп эмес, өңү сары. Мөмөсү — түктүү урукча.

Суулардын, көлдөрдүн, көлчүктөрдүн жээктеринде, нымдуу жана сугат чабындыларында, ортоңку тоо алкактарына чейинки токойлордо өсөт. Сары башыл чөптү республиканын бардык аймактарынан кездештирүүгө болот.

Өсүмдүктүн жер үстүнкү бөлүгүнөн алкалоиддер, лактондор, инулин, эфир майы, полисахариддер табылган. Химиялык составы жетишерлик изилденген эмес.

Колдонуу. Жергиликтүү калк карышуу ооруларында, ич өткөндө өсүмдүк гүлдөгөндөн кийин жыйналып алынган жер үстүндөгү бөлүгүнүн суудагы демдемеси колдонулат. Кээде жаш жалбырактарын кан чыгып турган жараатка жапса да болот.

Элге өтө белгилүү болгон, чоң сары башыл чөптүн тамырын күзүндө жыйнашат. Андан даярдалган кайнатма ичеги-карын ооруларына, кургак учукка, бруцеллозго, дем алуу органдарына суук тийгенде колдонулат. Демдемени даярдоонун өзгөчөлүгү бар, эмаль менен капталган мискейдеги кайнаган сууга алдын ала жуулган жана тазаланган тамырдын бөлүкчөлөрүн салышат. Алынган демдемени муздатып сүт кошот, ачыган кычкыл камырга кошуп аралаштырып 1 сутка калтырат. Экинчи күнү куюп алышып күнүнө үч жолудан 1—2 чыныдан ичет. Калдыгына кайнак суу куюп, бир аш кашык ун кошулат жана аны кайра бир суткага коюп коюшат, ошентип муну кайрадан 2—3 күн кайталаса болот. Кычыткы ар кандай тери ооруларына сыртынан сыйпоо үчүн колдонулат.

Сары башыл чөп ветеринардык практикада антигельминттик каражат катары көп колдонулат. Гүлдөрү жана жер үстүнкү органдары ар түрдүү түстөгү боёкторду алуу үчүн сырье болуп саналат.

Чоң сары башыл чөптүн препараттарынын дарылык таасири ашказан, он эки ичеги жана ооруларына жакшы таасир берери жана лямблиоз, ошондой эле глистке каршы таасири экспериментте аныкталган.

Жыттуу көкөмерен — зизифора пахучковидная, зизифора войлочная.
Ziziphora clinopodiodes
Ziziphora tomentosa
Эрин гүлдүүлөр тукуму — Lamiaceae
Пайдалануучу бөлүгү — чөбү.

Сабактары түз, көп санда, анча бутактуу эмес жарым бадалча. Жалбырактары эллипстей жазы, жумуртка сымал, безчелеринин тактары бар, түктүү. Топ гүлү баштуу, дээрлик тоголок, өңү ачык-кызгылт көгүш болот.

Өсүмдүк тоолордун таштуу боорлорунда, субъальпикалык зоналарда, карагай токойлуу алкактарда өсөт. Ысык-Көл өрөөнүндө, Кыргыз тоо кыркаларынын түндүк жантаймаларында, Тогуз-Торо өрөөнүндө жолугат.

Түктүү көкөмерендин жыттуу көкө меренден төмөнкү ботаникалык өзгөчөлүгү менен айырмаланат: сабагы анча көп эмес, ийри-буйру, жумалактанган; жалбырактары тегерек, оюктуу тактары бар, жылаңач болот. Топ гүлү борпоң, тоголок, көбүнчө жарым шар сымал болушат, өңү бозомук — кара кочкул.

Тоолордун боорлорунда, кумдуу куюлмаларда, тоо сууларынын жээктеринде (Ат-Башы, Тондун сырттарында, Ысык-Көл өрөөнүндө, Калба, Чар сууларынын куймаларында) өсөт.

Химиялык составы жетишсиз изилденген; чөбүнөн эфир майы, ашаткыч заттар, С витамини, азоттуу негиздердин тактары, гликозиддер табылган.

К о л д о н у у. Гүлдөгөн чөптүн демдемеси жүрөк кан тамыр системасынын ооруларына, тулку дене шишигенде колдонулат, аш казан ооруларына да пайдаланылат. Чөптүн ширесин балдардын чүчөк оорусуна колдонуу кеңири тараган, ширеси менен арткы былжырлуу көтөн тешигин майлайт.

Экспериментте көкөмерендин гален препараттары жүрөктүн иштешин стимулдоочу, артерия кан басымын төмөндөтүүчү, заара бөлүп чыгарууну көбөйтүүчү таасири аныкталган. Глисттин жоголушуна да (аскариддер, парaскариддер) таасир берери белгиленген.

Чырмоок, коён томук, чыгыш жебелгеси — ломонос восточный
Clematis orientalis
Байчечекейлер тукуму — Ranunculaceae
Пайдалануучу бөлүгү — бүт өсүмдүк

Сабактары кабыргалуу жармашкыч көп жылдык өсүмдүк. Жалбырактары канаттай бөлүнгөн. Гүлдөрү өңү саргычыраак-ак, шыпыргы сымал топ гүлгө топтолушкан. Өсүмдүк бүт бойдон бозомук-жашыл, жалтырак көгүш түк менен капталган. Мөмөсү көп уруктуу.

Таштуу куймаларда, кумдуу же илээшкек шалбааларда, бадалдардын арасында, тоо сууларынын кум чайкаган жерлеринде, чөл жана жарым чөл зоналарында, тоолордун ортоңку алкактарында өсөт.

Чырмоокто алкалоиддер, тритерпен сапонини (джунгарозид), флавоноиддер, кумариндер, лактондор, фитонциддер, уулуу зат (анемонин) бар.

Колдонуу. Мурдагы кыргыз медицинасында чырмоок мурундун кеңилжээрин дарылоодо кеңири колдонулган. Бул максат үчүн чырмооктун майдаланган кургак чөбүнө эминиум Регел өсүмдүгүнүн пияз түбүн майдалап кесип барабарлап кошуп ичке карандаш сыяктуу ороп, түтүнүн мурун аркылуу чыгарып чегишкен. Гүлү менен мөмөсүнүн сүттөгү аралашмасы (боткосу) сөөктүн ириңдеген жерлерине коюлуп марли менен таңылып коюлат, эгерде денени дүүлүктүрүп, кускуну келтирсе дарылоо токтотулат; таза териге аралашма тийгизбөө керек. Жалбырактарынын ширесинде дезинфекциялык таасир бар, ошондуктан жылаан же курт кумурскалар чакканда колдонулат.

Шыбак — шираалжын — полынь рутолистная
Artemisia rutifolia
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Пайдалануучу бөлүгү — чөбү

Күрөң боз кабык менен капталган өтө көп сабактуу жана жыгачка айланган тамырлуу жарым бадалча өсүмдүк. Жалбырактары саптуу, тегерек же бөйрөк сымал, канаттай эки жогорку жалбырактары үчтөн, гүлүндөгүсү — сызгыч болот. Топ гүлү — жука саптуу өтө көп себетчелер шыпыргыга топтолушкан. Өсүмдүк бүт күмүштөй жыш түктүү болгондуктан ак буурул тартып турат.

Бүт республика боюнча талаа алкактарынын таштуу боорлорунда өсөт.

Шыраалжын шыбакта эфир майы, ачуу жана ашаткыч заттар, алкалоиддер бар; химиялык составы жетишээрлик изилденген эмес.

Колдонуу. Элдик медицинада чөбүнүн демдемеси жагымсыз жытты кетириш максатта тамакты, оозду чайкаш үчүн колдонулат; урунуп оорутуп алган жарааттарга себилип компрестелет. Кээде чөптөн эзип жасалган масса тиштин оюлган жерине коюлат. Бут тердегенде жаман жытты кетириш үчүн бут кийимдин ичине жаш чөбүн салып коюшат.

Ветеринардык пратикада майдаланган жаш чөбүн айбанаттардын өтө ириңдеген жарааттарына шыбалат.

Кой шыбак, ак шыбак — полынь Тянь-Шанская
Artemisia tianschanica

Сабагы мөмө байлаган кыска бутактуу, катуу жарым бадалча. Сабагынын төмөнкү жалбырактары жумурткадай сүйрү, канаттай эки оюктуу, узун саптуу болот. Сабагынын ортосундагы жалбырактары — кыска саптуу же сапсыз болушат, ал эми эң жогоркулары сызгычтай. Топ гүлү — кууш шыпыргыдай.

Кыргыз, Талас, Чаткал тоо кыркаларынын, Ысык-Көл өрөөнүнүн тоого жакын чополуу — шагылдуу боорлорунда өсөт.

Химиялык составы дээрлик изилденген эмес; анын составында эфир майы, азоттуу, ашаткыч заттар бар .

Кыргыз элдик медицинада кой шыбак шыраалжын шыбагындай колдонулат. Мындан башка дагы кой шыбак өпкөнүн ириңдеген дартын дарылоо үчүн жакшы таасир берет, бул учурда чөбүнүн демдемесин даярдап күнүнө жарым чыныдан ичет, жарым сааттан кийин анын артынан ошончо өлчөмдөгү эритилген

сары май ичилет. Теринин ириңдеген жараатына жаш чөбүн жакшы эзип жапса жараны тез айыктырууга жана бактерициддүү таасирди жакшы берет.

Мамыр шыбак — полынь зеленная
Artemisia viridis

Жыгач сымал тамырлуу көп жылдык чөп өсүмдүк. Сабагы өтө көп, гүлдөбөгөнү күрөңүрөөк, пленкадай болуп турат, ал эми гүлдөгөнү (мөмө байлаганы) жоон, өңү кызыл-кызгылт көк болот, калың түктүү, жашылы сейрек учурайт. Жалбырактары калыңыраак, ширелүү, бырыштуу, точкага окшош бездери бар канаттай оюктуу болот.

Көп гүлдүү себетчелери чачы топ гүлгө топтолушкан.

Бүт Кыргызстан боюнча типчак, байчечекей менен бирге бийик тоолуу өрөөндөрдө айрыкча Орто-Сырт капчыгайында көп өсөт.

Химиялык составы изилдене элек.

Колдонуу. Мамыр шыбак кыргыз элинин ичеги-карын ооруларына колдонуучу эң мыкты каражат болуп саналат. Суудагы демдемеси табитти ачат ичеги, ашказандын иштешин нормалдаштырат жана ич ооруну басаңдатат, глисти тазалоочу таасири бар. Кургак учукту дарылайт деген да маалымат бар.

Гүлдөп турган мамыр шыбактын демдемеси ашказан согун көбөйтүү менен кычкылдыгын да жогорулатат. Препараттарда уулуу заттар аз.

Гипацид гастрити менен ооруган оорулууну дарылоодогу касиети клиникалык жол менен такталган.

Чегендир — Родиола Семенова
Rhodiola Semenovii
Чегендилер тукуму — Crassulaceae
Пайдалануучу бөлүгү — тамыры

Сөңгөктүү жоон тамырлуу көп жылдык өсүмдүк. Сабагы бутактуу. Жалбырактары түрпөдөй күрөң болот; сабагындагы жалбырактары сызгычтай учтуу болот. Топ гүлү өтө жыш гүлдүү чачы топ гүл, өңү күлгүн кызыл же ак болот.

Нымдуу жерлерде, чабындыларда, токойлуу тилкелерде, тоо сууларынын бойлорунда өсөт. Ысык-Көл

өрөөнүндө, Талас. Кыргыз, Чаткал, Туркестан, Кыргыз Ала-Тоо кыркаларында жолугат.

Чегендирдин составында флавоноиддер, кумариндер, ашаткыч заттар, эфир майы, органикалык кислоталар бар.

Жергиликтүү калк чегендирдин тамырын июлда даярдап көлөкөдө кургатат.

Колдонуу. Чегендирдин тамырынан жасалган кайнатманы узакка ооруган адамдарды (пневмония, кургак учук, тиф ж. б.), кээде ичеги-карын, тери — муундары ооруган ооруларды дарылашат.

Чегендирдин спирт — суудагы ачытмасы гипотензивтүү таасир көрсөтөрү, ошондой эле денени тынчтандыруучу натыйжа берери экспериментте аныкталган.

Бомия — розеточница Шишкина
Rosularja Schiskin
Чегендилер тукуму — Crassulaceae
Пайдалануучу бөлүгү — жер астыңкы органдары

Түймөк сымал тамыры бар көп жылдык өсүмдүк. Сабагы жылаңач, түз, жалбырактуу. Тамыр түйүнүндөгү жалбырактары жумурткадай сүйрү, учтуу, түктүү; сабагындагы жалбырактары сүйрүрөөк, түктүү болот. Топ гүлү өтө көп гүлдүү шыпыргы. Гүлдөрүнүн өңү ак же кызгылт.

Деңиз деңгээлинен 2000 м жакын бийиктиктеги жантаймаларда Ысык-Көл өрөөнүндө, Сары-Жаз суусунун куймаларында (Борбордук Тянь-Шань) өсөт.

Колдонуу. Жергиликтүү калк өсүмдүктүн жер астынкы органдарынан кайнатма даярдашып сөөк сынганда чай катары ичишет. Кайнатма оору басылтуучу касиетке ээ жана сөөк ткандарынын өсүшүнө жардам берет.

Миң жашар, чайыр — ферула каменная
Ferula lapidosa
Чатырдуулар тукуму — Apiaceae
Пайдалануучу бөлүгү — тамыры

Катуу түк менен капталган узундугу 80 см чейинки көп сабактуу көп жылдык өсүмдүк. Төмөнкү жалбырактары кезектешип орношкон, кыска саптуу жогоркулары мутовкадай шактуу. Жалбырактары ка-

туу бодуракай келет. Топ гүлү жалгыздан сапсыз чатырлуу болот.

Кургак таштуу боорлордо, жыш өскөн бадалдардын арасында, деңиз деңгээлинен 1300—2400 м бийиктиктеги Суусамыр өрөөнүндө, Чоң-Кемин, Алай, Кыргыз Ала-Тоосунун бетегелүү — шыбак талааларында өсөт.

Миң жашардын химиялык составы анча изилдене элек; тамырынан эфир майы, азоттуу жана терпендүү кошулмалар (лапидин, лапидолин, феролин ж. б.), мөмөлөрүнөн — эфир майы, кумариндер табылган.

Колдонуу. Кайнатма түрүндө ич сыздап ооруганда, өнөкөт жөтөлгө колдонулат. Ысык сорпого алдын ала тазаланып жана (узундугу үч элиден) бөлүкчөлөргө кесилген тамырды салып кайнатмасын даярдашат. Жабык идишке 1 саатка чейин чылап коюшат. Айрыкча чайыр ар түрдүү тери ооруларына жараат айыктыруучу каражат катары өзгөчө натыйжа берет.

Миң жашардын тамырынын спирттеги ачытмасы экспериментте уулуулугу аз экендигин көрсөттү, ичеги булчуңдарынын жыйрылуусун амплитудасын кыскартат жана тонусун төмөндөтөт, артерия кан тамырынын басымын убактылуу бир азга төмөндөтөт. Кайнатмасы ашказан согунун секрецияланышын (бөлүп чыгарышын) күчөтөт.

Аркар оту, мамыр — эдельвейс бледножелтый
Leontopodium ochroleucum
Татаал гүлдүүлөр тукуму — Asteraceae
Пайдалануучу бөлүгү — чөбү.

Кыска бутактуу тамырсабагы бар көп жылдык өсүмдүк. Сабактары өтө көп түз, катуу, түгү желедей же кийиздей болот. Тамырындагы жалбырактары кыска саптуу, куушураак сүйрү; сабагындагы жалбырактары сызгычтай ичке сапсыз болот. Топ гүлү — саргыч же жашылыраак бозомтук түктүү жыш себетчелерге топтолушкан; топ гүлүнүн формасы өтө көп нурлуу жылдыз сыяктуу ланцеттей кууш жалбырактар гүлдөрүн курчап турат.

Аркар от негизинен республиканын бийик тоолуу райондорунда өсөт, айрыкча Борбордук Тянь-Шанда жана Күңгөй Ала-Тоо кыркаларында. Ысык-Көлдүн

айланасында, тоолордун жогорку алкактарында, арчалуу төрлөрдө, альпикалык жайыттарда көп өсөт.

Химиялык составы изилдене элек.

Кучала — эминиум Регеля
Eminium Regelii
Ариоддер тукуму — Araceae
Пайдалануучу бөлүгү — гүлү, түймөгү

Түймөктүү көп жылдык өсүмдүк. Жалбырактары ачык — жашыл, ланцеттей сүйрү, жоон, түп жагы шынаадай жазы болот. Гүлдөрү бир жыныстуу, гүл коргону болбойт, кичинекей соточолордо турат, түп жагында кошөгө (кабыкча) менен капталып бекитилген. Кабыкчанын ич жагынын өңү бархыттай каралжын-кызгылт көк. Мөмөсү жемиш сымал, өңү ак болот.

Тоо алкактарынын төмөнкү боорлорунда (тоо алдындагы токойлордо), негизинен Көгарт суусунун куймаларында өсөт. Мал үчүн уулу.

Кучаланын химиялык составы да, фармакологиялык жактан изилдене элек; бул жөнүндө адабияттарда маалымат жок.

Колдонуу. Жергиликтүү калк балдардын көк жөтөлүнө кучаланын гүлдөрүн эң эле сейрек колдонушат. Өсүмдүктүн жер астынкы органдарынын кымыздагы чыламасы куянды, ревматизмди дарылоодо колдонулат.

Бул үчүн түрпөлөрүнөн тазаланган түймөктөрүн (5) даана жипке тизип же марлиден жасалган баштыкка салып кымызы бар идишке салып, салкыныраак жерге 7 күн бою чылап коёт. Даяр болгондо 7—10 күн бою күнүнө үч жолудан бир чыныдан ичет. Препараттарын муздак ичүүгө, киринтүүгө мүмкүн эмес.

ДАРЫ-ДАРМЕК ӨСҮМДҮКТӨРҮНҮН КОШУНДУЛАРЫ (Чайлар)

Дары өсүмдүктөрү менен дарылоодо (фитотерапия) баарынан мурда составына, терапевдик таасирине ылайык киргизилген кошулмаларды жана чайырларды колдонушат. Аларды дарыканалардан алууга болот, үй шартында даярдап, кайсы өсүмдүк-

Шалфей (жалбырагы) — 20 г
Анис (мөмөсү) — 20 г
Кызыл карагай (бүчүрү) — 20 г
Алтей (тамыры) — 20 г
Кызыл мыя (тамыры) — 20 г

Даярдоо ыкмасы: сууда кайнатып дем алуу органдары ооруганда 1/3 стакандан күнүнө 3—4 жолу ичилет.

Жел айдоочу чай — ич көпкөндө (метеоризмде)

Валериана (тамыры жана тамырсабагы) — 10 г
Жалбыз (жалбырагы) — 10 г.

Даярдалуу ыкмасы: бир аш кашык кошулманы эки стакан кайнак сууга демдеп, 30 минут коюп коюу керек, чыпкалагандан кийин 2 аш кашыктан күнүнө 3—4 жолу ичүү керек.

Тамакка табит тарттыруучу (ачуу)

Ачуу эрмен шыбак (чөбү) — 20 г
Каакым (тамыры) — 10 г

Даярдоо ыкмасы: бир аш кашык аралашмасын бир стакан кайнак сууга демдеп, 20 минут коюп коёт. Чыпкалагандан кийин бир аш кашыктан тамактануунун алдынан 15—20 мінут мурда ичет.

Гипертония оорусун дарылоо үчүн

Валериана (тамыр сабагы жана тамыры) — 20 г
Жыттуу аш көк (мөмөсү) — 20 г
Дүлөй чалкан (чөбү) — 30 г

Даярдоо ыкмасы: бир аш кашык кошулманы бир стакан кайнак сууга демдеп, 30 минут тургузуп, чыпкалап жана күнүнө 3 жолу 1/3 стакандан ичүү.

Тынчтандыруучу кошулма

Жалбыз (жалбырагы) — 20 .
Валериана (тамырсабагы жана тамыры) — 10 г
Хмель (кулмак) (тобурчагы) — 10 г

Даярдоо ыкмасы: бир аш кашык кошулманы бир стакан кайнак сууга демдеп, 20 минут тургандан кийин сүзүп алуу, күнүнө 2 жол — эртең менен жана кечинде чай катары 1/3 стакандан ичүү.

№ 1-витамин чайы

Итмурун (мөмөсү) — 10 г
Чыны карагат (мөмөсү) — 10 г

№ 2-поливитаминдүү чай

Итмурун (мөмөсү) — 30 г
Чалкан (жалбырагы) — 30 г
Сабиз (тамыры) — 30 г
Чыны карагат (мөмөсү) — 10 г

Даярдоо ыкмасы: 3—4 чай кашык кошулмага эки стакан кайнак суу куюлат, 1 саат бою меш-тин четинде (60—70°) жылуу жерде кармап туруп сүзгөндөн кийин күнүнө 3—4 жолу 1/2 стакандан ичилет (даярдоодо темир идишти колдонууга болбойт).

Ысыткыч (ооруган жерге басылуучу, дарылыгы бар ысык нерсе) үчүн жумшартуучу кошулма.

Дарыкана ромашкасы (гүлү) — 10 г
Дары кашка беде (чөбү) — 10 г
Алтей (жалбырагы) — 10 г

Ромашканын, кашка беденин жана алтейдин тең-ме-тең аралашмасын кайнак сууга демдеп таза кездемеге ороп ооруган жерге ысык массаны басат.

№ 2-ашказан кошулмасы

Крушина (жалбырагы) — 30 г
Чалкан (жалбырагы) — 30 г
Аир (тамырсабагы) — 10 г
Жалбыз (жалбырагы) — 20 г
Валериана (тамырсабагы жана тамыры) — 10 г

Даярдоо ыкмасы: бир аш кашык кошулмага бир стакан кайнак суу куюп, 10 минут кайнатат, сүзүп, күнүнө 2 жолу (эртең менен жана кечинде) 1/2 стакандан ичүү керек.

№ 1-заара чыгаруучу жай

Арча (мөмөсү) — 10 г
Кайың (жалбырагы) — 10 г
Каакым (тамыры) — 10 г

Даярдоо ыкмасы: бир стакан кайнак сууга бир аш кашык аралашманы демдөө, сууганга чейин коюп куюп, марлиден өткөрүп жана күнүнө 3 жолу бир аш кашыктан ичүү керек.

№ 2-заара чыгаруучу чай

Кайың (жалбырагы) — 10 г
Кырк муун (чөбү) — 10 г

Даярдоо ыкмасы: эки аш кашык аралашманы эки стакан кайнак сууга демдеп, суутуп, марлиден өткөрүп күнүнө 3 жолу ичет.

Бузина (гүлү) — 50 г
Кара моюл (мөмөсү) — 50 г

Бир, эки аш кашык аралашмага бир стакан кайнак суу куюп, кайнак сууда 30 минут ысытылат. Заңы катканда, суутулган жана сүзүлгөн эритмени тамак ичкенден кийин күнүнө 2 жолу (эртең менен жана кечинде) ичишет.

Крушина (кабыгы — 50 г
Каз таңдай (чөбү) — 15 г
Чалкан (жалбырагы) — 35 г

Заңы катканда түнкүсүн жарым стакандан суюк (суудагы демдемеси) түрүндө ичилет.

№ 1 тиркеме

Дары-дармек өсүмдүктөрүнүн сырьёсун чогултуу календары

Өсүмдүктүн аттары	Өсүмдүктү жыйноо мөөнөтү	Өсүмдүктүн жыйналуучу бөлүгү
1	2	3
Алтын гүлдүү адонис	чөбү	май—июнь
Туркестан адониси	чөбү	май—июнь
Уу коргошун	тамыр түймөктөрү	сентябрь
Самарканд өчпөс гүлү	гүлдөрү	июнь—июль
Алтай долоносу	гүлдөрү, мөмөлөрү	май, июнь, август
Жалбырактуу бетоника	чөбү	июнь—июль
Сасык тармал чөп	чөбү	июнь—июль
Адырашман	уругу, кээде тамыры	июль—август
Суу кымыздыгы	чөбү	май—сентябрь
Төшөлгөн сабактуу кымыздык	чөбү, тамыры	май—сентябрь
Анар	сөңгөгүнүн, бутагынын, тамырынын, мөмөсүнүн кабыктары	сентябрь—октябрь
Сарындыз, карандыз	тамыры, тамырсабагы	август—сентябрь
Сабактуу эмен	өркүндөрүнүн кабыгы	апрель—май
Көк чай чөп	чөбү	июль
Боз даргын	чөбү	июль
Кара моюл	мөмөсү	август—сентябрь
Сары чай чөп	чөбү	июнь—август
Ак сергеш	гүлдөрүнүн таажысы	май—сентябрь
Чалкан	жалбырактары	июнь—сентябрь

1	2	3
Боёчу марена	тамырсабагы	сентябрь—октябрь
Өгөй — эне	жалбырактары, кээде гүл себетчелери	май—июнь
Дары мелисса	чөбү	июнь—июль
Кызыл арча, кара арча	тобурчагы	июль—сентябрь
Карагай арча	тобурчагы	июль—сентябрь
Жапалак өрүк арчасы	тобурчагы	июль—сентябрь
Дары төңгө гүлү	гүл себетчелери жана тилдүү гүлдөрү	июль—сентябрь
Чычырканак	мөмөлөрү	август—сентябрь
Какым	тамыры, жалбырагы менен	апрель—сентябрь
Койчу баштыгы	чөбү	апрель—сентябрь
Кадимки танацетум	топ гүлү	июль—август
Бака жалбырак	жалбырактары	май—август
Ичке бака жалбырак	жалбырактары	май—август
Ортончу бака жалбырак	жалбырактары	май—август
Эрмен шыбак	жалбырагы, өсүмдүктүн гүлдөгөн өйдө жагы	июль—август
Сөөкчөлүү ак куурай	мөмөсү, тамыры	сентябрь—октябрь
Туркестан дүлөй чалканы	гүлдөгөн өсүмдүктүн уч жагы	июнь—август
Кызыл мыя	тамыры жана тамыр-сабагы, тамыры	август—сентябрь
Урал кызыл мыясы		август—сентябрь
Коко тикен, чогойно	өсүмдүктүн гүлдөгөн үч жагы	июнь—июль
Сары мыя	чөбү, уругу	июнь—июль
Кезек гүлдүү сары мыя	чөбү	август—сентябрь
Көкөмерен, кийик оту	чөбү	май—июнь

1	2	3
Кийик оту	чөбү	май—август
Каз тандай	чөбү	июль—август
Жыттуу чайыр	согу (чайырдын)	май
Кырк муун	вегативдүү шактуу бутакчалары	апрель
Ит уйгак	жалбырактары жана гүлдөгөнгө чөйинки жыйналуучу жаш учу	май—сентябрь
Дары шалфейи	жалбырактары	июнь—июль
Ит мурундар: Беггер розасы, ийнелүү роза, бырыштуу роза, ит роза, Федченко розасы	мөмөлөрү	август—сентябрь
Чекенди	жыгачка айлана элек (жашыл) жаш бутактары	май—июнь

АДАБИЯТТАР

Алимбаева П. К., Гончарова А. В. Дикорастущие лекарственные растения Киргизии. (Фармакогностические исследования). Фрунзе; Кыргызстан. 1971.

Алимбаева П. К., Никитина Е. В., Нуралиева Ж. С., Мухамедзиев М. М. Рациональность использования лекарственных растений Киргизии. В кн.: Материалы по вопросам внедрения научных достижений в практику здравоохранения. Фрунзе, 1972.

Алимбаева П. К., Нуралиева Ж. С., Арбаева З. С., Шамбетов Т. М. Лекарства вокруг нас. Издания 1, 2, 3. Фрунзе: Кыргызстан. 1974, 1978, 1987.

Алимбаева П. К., Нуралиева Ж. С., Арбаева З. С. Лекарственно-растительное сырьё Киргизии, применяемое в практической медицине Фрунзе: Илим. 1982.

Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. Москва. 1976.

Выходцев И. В., Никитина Е. В. Дикорастущие лекарственные растения Киргизии. Фрунзе: Кир. ФАН СССР, 1946.

Забиров И. Ш., Алимбаева П. К. Холодков С. Т. Новые лекарственные растения Киргизии и их сырьевые ресурсы. Растительные ресурсы, с. 2, Вып. 1. 1966.

Нуралиева Ж. С., Алимбаева П. К. Василистники Киргизии. Фрунзе. Илим. 1972.

Флора. Киргизской ССР, т. I—XI. Илим. 1952—1965.

Халматов Х. Х., И. А. Харламов, П. К. Алимбаева, М. О. Каррыев., И. Х. Хаитов. Основные лекарственные растения Средней Азии. Ташкент, Медицина Уз. ССР, 1984.

МАЗМУНУ

Кириш сөз 4
Дары-дармек өсүмдүктөрүнүн химиялык составы . . 6
Сырьёлорду жыйноо, кургатуу жана сактоо 13
Дары-дармек өсүмдүктөрү 16
Тамак-аш өсүмдүктөрү 82
Элдик медицинада колдонулуучу дары-дармек өсүмдүктөрү 108
Дары-дармек өсүмдүктөрүнүн кошундулары (чайлар) . 117
Адабияттар 126

20+40