



## ЛАНЦЕТОЛИСТНЫЙ ПОДОРОЖНИК - PLANTAGO LANCEOLATA

**Сафарова Закия Тешаевна<sup>1</sup>**

Преподаватель кафедры Зоология и общая биология

<sup>1</sup>Бух ГУ.Узбекистан Бухара

E-mail: zakiyasafarova9@gmail.com

**Кенжаева Нозима Жобировна<sup>2</sup>**

Студентка направления Биология

<sup>2</sup>Бух ГУ.Узбекистан Бухара

E-mail: nozimakenjayeva89@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7243326>

Аннотация: в статье приведена информация и лечебных свойствах подорожника ланцетовидного, использование его не только в лечебных целях но и использование как пищевая добавка.

Ключевые слова: подорожник ланцетолистный, иридоиды, аукубин, катальпол, асперулозида, слизь, глюкомананы, арабиногалактаны, рамногалактоураны.

Природа Узбекистана щедро одарила его народ не только продовольственными продуктами, но и лекарственными растениями. Наш народ из давно использовал лекарственные растения в лечебных целях в прямую и как пряности. Одним из таких лекарственных, сорных растений является подорожник ланцетолистный. Подорожник ланцетолистный многолетний сорняк, являющийся природным источником углеводов и органических кислот, а также ценной кормовой добавкой для скота. Сок подорожника ланцетолистного не подвержен плесени, поскольку в его составе есть натуральное антибактериальное вещество. Еще с каменного века это растение сопровождает культуру зерновых от Европы до Азии. Первые сведения о применении в качестве лекарственного растения дошли из Ассирии. Его лекарственные средства описаны в книгах по фитотерапии всех времён и многих народов. Химический состав растения напоминает таковой подорожника большого. Листья 2-3%-содержат иридоиды - в основном аукубин, катальпол, немного асперулозида, слизи 2-6%-глюкомананы, арабиногалактаны, рамногалактоураны, а также флавоноиды лютеолин и апигенин. В листьях в 3-8% присутствуют ортодигидрооксикоричной кислоты, бозначенные под общим названием актеозид. Содержание дубильных веществ - около 6%, кремниевой кислоты - около 1%. Обнаружены фенолкарбоновые кислоты, небольшое количество сапонинов и минеральные вещества с большой долей цинка и калия.



Сырьё действует смягчающе и обволакивающе благодаря содержанию слизи, дубильные вещества действуют противовоспалительно и антимикробно (иридоиды), в частности, аукубин имеет очень широкий спектр антимикробного действия.

В наших исследованиях мы использовали подорожник к пище как добавка витамина и лечения желудочно - кишечного тракта. Подорожник обладает очень многими лечебными и целебными свойствами для организма. В листьях подорожника содержится каротин, витамины С и К, лимонная кислота, фитонциды, ферменты, гликозид аукубин, горькие и дубильные вещества. В семенах подорожника присутствуют сапонины, олеиновая кислота, а также углеводы. Молодые и нежные листья подорожника широко применяются для приготовления салатов с луком, картофелем, крапивой и хреном. Подорожник добавляют во многие блюда, такие как омлеты и запеканки, в каши и напитки, в пюре и котлеты. Состав подорожника поистине целителен, свежие истолченные листья применяются для остановки кровотечения из ран..

**Список использованной литературы:**

1. Сафарова З. Т., Фармонов С. С. У. ОСТАТОЧНАЯ ТОКСИЧНОСТЬ ИНСЕКТИЦИДОВ И АКАРИЦИДОВ //Scientific progress. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 1085-1086.
2. Сафарова З. Т., Фармонова О. С. К. МЕДОНОСНЫЕ РАСТЕНИЯ УЗБЕКИСТАНА //Scientific progress. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 1083-1084.
3. Сафарова З. Т., Шамсиева Ш., Фармонова О. Практическое значение растения рапс //Eurasian Journal of Academic Research. – 2022. – Т. 2. – №. 2. – С. 522-525.

