



BIOLOGY AND BENEFICIAL PROPERTIES OF ARTICHOKE (CYNARA SCOLYMUS L.)

Qurambayeva Dinara Ne'matjon qizi
First-Year Master's Student,
Chirchiq State Pedagogical University

Mutalov Karimjan Abduraximovich
Associate Professor, Department of Biology,
Chirchiq State Pedagogical University
mutalovkarimzan@gmail.com

Abstract

The article is devoted to the distribution, morphology, biological characteristics, growth and development stages, ecological requirements, and agrotechnical aspects of the artichoke plant. Artichoke is a vegetable plant that contains biologically active substances beneficial to human health and, like many vegetables, is easily digestible and has a dietary character. It is considered one of the important crops in agriculture.

Keywords: Asteraceae, growth phases, agricultural technology, climatic requirements, Cynara scolymus, atherosclerosis, rheumatism, dietary plant, diabetes, stomatitis.

ARTISHOK (CYNARA SCOLYMUS L.) NING BIOLOGIYASI VA FOYDALI XUSUSIYATLARI

Qurambayeva Dinara Ne'matjon qizi
ChDPU 1-bosqich magistranti,
Mutalov Karimjan Abduraximovich
ChDPU Biologiya kafedrası dotsenti,
mutalovkarimzan@gmail.com



Kalit soʻzlar: Asteraceae, oʻsish bosqichlari, agrotexnika, iqlimga talabi, Cynara scolymus, ateroskleroz, revmatizm, parhez sabzavot, diabet, stomatit.

Ключевые слова: Asteraceae, фазы роста, агротехника, климатические требования, Cynara scolymus, атеросклероз, ревматизм, диетическое растение, диабет, стоматит.

Annotatsiya

Artishok oʻsimligining tarqalishi, morfologiyasi, biologik xususiyatlari, oʻsish va rivojlanish bosqichlari, ekologik talablari, uni agrotexnikasiga bagʻishlanadi. Artishok insonlar salomatligi uchun foydali boʻlgan biologik faol moddalarni saqlovchi va koʻpgina sabzavotlar kabi engil xazm boʻluvchi parhezboqlik xususiyatga ega boʻlgan sabzavot oʻsimlik va qishloq xoʻjaligida muhim ekinlardan sanaladi

Аннотация

Статья посвящена распространению, морфологии, биологическим особенностям, фазам роста и развития, экологическим требованиям и агротехническим аспектам растения артишок. Артишок – овощное растение, содержащее полезные для здоровья человека биологически активные вещества. Как и многие овощи, легкоусвояемое и имеющее диетические свойства. Он считается одной из важных сельскохозяйственных культур.

Kirish

Artishok (Cynara scolymus L.) oʻsimligi insoniyat tarixida eng qadimgi madaniylashtirilgan oʻsimliklardan biri boʻlib, Oʻrtayer dengizi mintaqasida miloddan avvalgi davrlardan beri oziq-ovqat va dorivor maqsadlarda yetishtirib kelingan. Qadimgi yunonlar va rimliklar uni nafaqat noyob taʼmli sabzavot, balki jigar kasalliklarini davolaydigan muqaddas oʻsimlik deb bilishgan. Rim tabibi Galen (milodiy 129–200) artishokni «jigar doʻsti» deb atagan va uni ovqatdan



Modern American Journal of Biological and Environmental Sciences

ISSN (E): 3067-7920

Volume 01, Issue 09, December, 2025

Website: usajournals.org

This work is Licensed under CC BY 4.0 a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

keyin hazm qilishni osonlashtiruvchi eng yaxshi vosita sifatida tavsiya qilgan. O'rta asrlarda arab tabobati orqali Yevropaga yanada keng tarqalgan. O'simlik XV–XVI asrlarda Fransiya, Italiya va Ispaniyada qirollik oshpazlari dasturxonining ajralmas bezagi xisoblangan. Bugungi kunda artishok dunyoning 30 dan ortiq mamlakatlarida, xususan Italiya, Ispaniya, Fransiya, Misr, Peru, Argentina va AQShda keng miqyosda yetishtirilmoqda. Jahonda sabzavot yetishtirish bo'yicha o'simlikning o'ziga xos bo'lgan ta'mi va oshpazlikdagi ko'p qirrali xususiyatlari bilan birga, uni ilmiy jihatdan isbotlangan noyob dorivorligi xam muxim xisoblanadi.

Artishokning Seret gulbandi va savatcha to'pguli ovqatga ishlatiladi.

Artishok xom, qovurilgan va qaynatilgan holda iste'mol qilinadi. Xalq tabobatida uning barglari va ildizlari o't yo'llari, ateroskleroz va revmatizmni davolashda ishlatiladi. Artishok - parxez sabzavot bo'lib, oson o'zlashtiriladi, uning qayta ishlangan mahsulotlari qandli diabetda kraxmal o'rnini bosuvchi vosita sifatida ishlatiladi. Xatto Artishok ilon zahrini kesuvchi, bolalarda stomatitni davolovchi, organizmni tozalovchi vosita va allergik kasalliklarda foydalanilgan ma'lum.

Faqatgina Artishokka xos bo'lgan foydali modda – tsinarin (cynarin) –fenol birikmasi xisoblanib, u jigar hujayralarini himoya qilishi, safro ajralishini kuchaytirishi va qondagi xolesterinni pasaytirishi bilan tengi yo'q samaraga egaligi isbotlangan. Artishokning barglari va ildizida xam dorivorlik xususiyati bor - kimyoviy tarkibining boyligi va o'ziga xosligi tufayli xam, zamonaviy farmakologiyada artishok ekstrakti gepatoprotektorlarning eng muhim tarkibiy qismlardan biriga aylangan (1-rasm). Artishok qimmatbaho o'simliklar toifasiga kirib, oziq-ovqat va farmasevtikada hamda chorva mollariga ozuqa sifatida foydalaniladi. Tibbiyotda jigar, qabziyat, qandli diabet, ateroskleroz, psoriaz, ekzema, oshqozon osti bezi kasalliklarini davolashda va undan sinariks, xofitol, artichoke kabi preparatlar tayyorlashda foydalaniladi. Uning tarkibida oqsillar, uglevodlar, vitamin C, karotin, vitamin B1, B2, inulin tarkibida kaliy, rux, selen, mis, marganes, natriy, magniy, fosfor, kalsiy va temir, taninlar, shuningdek, organik kislotalar mavjud. Eng foydalisi glikozidsinarin, shuningdek, tibbiyotda ishlatiladigan kofein olinadi.



1-Rasm: A-Aetishok (*Cynara scolymus* L) ning umumiy ko‘rinishi; B - Artishokni istemolga yaroqli yetilmagan gul g‘unchalari. Keyingi yillarda olib borilgan kuzatuvlar O‘zbekistonning iqlim sharoitlari artishok yetishtirish uchun qulay mintaqalardan biri ekanligini ko‘rsatadi.

Respublikada fermentlangan ichimliklar tayyorlashda, tabiiy hepatoprotektorlar va funksional oziq-ovqat mahsulotlariga bo‘lgan talabni ortishi bilan, artishokning mahalliy xom ashyo bazasini kengaytirish zaruriyati paydo bo‘ldi. Artishok o‘simligining qimmatli xo‘jalik belgilarini o‘rganishda uning botanik tavsifi, biologik xususiyatlari, tashqi muhit omillariga talablari, ko‘paytirish usullari, urug‘ini yetilish davrlari, 1000 dona urug‘ni vazni. agrotexnikasi, shuningdek, oziq-ovqat, dorivor va kosmetika sanoatida foydalanishi haqida ma‘lumotlar o‘ta muximdir [6].

Ilmiy adabiyotlar tahlili, xorijda o‘kazilgan tajribalar va mahalliy sinov natijalari suni ko‘rsardiki Artishok nafaqat qimmatbaho eksportbop sabzavot, balki xalq tabobatining eng samarali vositalaridan biri sifatida keng joriy etish zarurligi asoslab beriladi.

Artishok – Asteraceae (Murakkabguldoshlar) oilasiga mansub ko‘p yillik o‘simlik (mo‘tadil iqlimda) xisoblansada, ko‘pincha bir yillik ekin sifatida yetishtiriladi.

Optimal harorat 18–25°C.,-2°C dan past haroratda artishok nobud bo‘ladi. U yorug‘sevar o‘simlik, soya joylarda o‘shishi sustlashadi.

Ildizi kuchli o‘suvchi yon atrofga taraluvchi, poyasi o‘shish sharoitiga qarb, 1.5–2 m. balandlikda tik o‘sadi. Barglari yirik, qirqilgan uchlari tikanli, kulrang-yashil



Modern American Journal of Biological and Environmental Sciences

ISSN (E): 3067-7920

Volume 01, Issue 09, December, 2025

Website: usajournals.org

This work is Licensed under CC BY 4.0 a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

rangda, mayda tukchalari bor, ko‘p sinarin moddasani saqlaydi. Gullari ko‘kimitt- binafsha rangda, yirik to‘pgul hosil qiladi (bir to‘pguli og‘irligi 100-200 g).

Artishok yangiligicha iste‘mol qilinganda yong‘oq ta‘mini beradi. Undan salatlar, souslar, pyurelar tayyorlanadi, konservalangan holda ham iste‘mol qilinadi. Artishok tarkibida 3% gacha oqsil, 0,1% moy, 10 -15% uglevodlar, 11-110 mg. askorbin kislotasi, V guruhiga kiruvchi vitaminlar, sinarin, inulin kabi moddalar mavjud. U aterosleroz, jigar va buyrak kasalliklari bilan og‘rigan kishilarga tavsiya etiladi. Artishok qonda xolesterin miqdorini kamaytirish xususiyati bor. Uning siydik haydovchi xususiyati ham mavjud. Jamiyatimizda va jahonda dorivor o‘simliklarga juda katta e‘tibor qaratilmoqda, shu sababli ularni ko‘paytirish, tabiiy tarqalishini aniqlash, foydali xususiyatlarini o‘rganish, ularni ishlab chiqarishga tadbiiq qilish chora tadbirlari bo‘yicha qarorlar tasdiqlangan. Artishokni agrotexnikasi bo‘yicha ma‘lumotlar adabiyotlarda keltiriladi [2].

Artishok uchun unumdor, havo va suv o‘tkazuvchan, neytral (6.5–7.5) pH li tuproqlar yaxshi xisoblanadi. Mo‘tadil namlikni afzal ko‘radi. Ko‘p sug‘orish ildiz chirishiga olib keladi[1].

Xulosa o‘rnida Artishok o‘simligi qadimdan foydalanib kelingan qimmatli oziq-ovqat, tabobatida va hozirda tibbiyotda keng qo‘llanilib kelinayotgan sabzvot - dorivor o‘simlik.

Uni yetishtirish texnologiyasi ham unchalik murakkab emasligi uchun artishokni Respublikamizning turli iqlim va tuproq sharoitida o‘stirishni o‘rganish agrotexnik ko‘rsatkichlarini tadqiq etish asosiy masalalardan biri xisoblanadi.

Artishokni sabzavot ekini sifatidagi o‘rnini ommalashtirish va dorivorlik xususiyatini targ‘ib qilish, hozirgi kunda axolini tabiiy dori-darmon bilan ta‘minlab salomatligini yaxshilashda, xamda uni yetishtirish bilan shug‘ullanish esa ishsizlikni ma‘lum darajada kamayishiga ta‘sir qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:

1. Абдуллаев, А.А., Сайфуллаев, Х.Т. *Ўзбекистонда сабзавотчилик ва полизчилик*. Тошкент: “Ўқитувчи”. 2018 у.



Modern American Journal of Biological and Environmental Sciences

ISSN (E): 3067-7920

Volume 01, Issue 09, December, 2025

Website: usajournals.org

This work is Licensed under CC BY 4.0 a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

-
2. Бердимуратов, А.А. Артишок етиштириш агротехникаси. *Аграр фанлар хабарлари*, №4, 2021 45–50-б.
 3. Kisel, T. A., Golubeva, E.I., Biological features of artichoke (*Cynara scolymus* L.) and prospects for its cultivation in Russia. *Vegetable Crops of Russia*, (3) , . 2019. 60–65st.
 4. FAO. 2020 g. *Crop production and management: Artichoke*. Retrieved from www.fao.org
 5. Nasri, N., et al Phenolic compounds, antioxidant and antimicrobial activities of *Cynara scolymus* leaf extracts. *Plant Foods for Human Nutrition*, 71(2), 2016 177–184.st.
 6. O.,Kh. Omonov Formation of certain morpho-economic traits in foreign samples of the species(*Helianthus annuus* L). ***Jurnal: Modern Biology and Genetics(International scientific journal) 2025 y.***

Internet manbalari:

1. FAO *Globe Artichoke: Production and Management* <https://www.fao.org/3/y5863e/y5863e0d.htm>
2. Feedipedia – *Globe artichoke (Cynara cardunculus var. scolymus)* <https://www.feedipedia.org/node/332>
3. Plants for a Future - *ynara scolymus* L. (*Artichoke*) [https:// pfaf.org/user/Plant.aspx? Latin Name \(Cynara scolymus\).](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cynara+scolymus)