

ЖЕНЬШЕНЬ: ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

Кубаев Асалиддин Эсиргапович

Самаркандского Государственного
Медицинского Университета (Узбекистан).

kubayevasaliddin@gmail.com

Икромова Нафосат Бахтиёровна.

Студентка Самаркандского Государственного
Медицинского Университета (Узбекистан).

nafosatikramova93@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7648068>

Аннотация: Мы на сегодняшние дни употребляем разные лекарственные растения в различных упаковках, но я думаю, что не все люди знают историю этого растения, и мне кажется, каждый человек, который употребляет женьшень, должен знать историю его зарождения.

Ключевые слова: рапах, инсам, корень – молния, панаксозиды, эфирное масло, пиротоксин, камфары,

В 1833 году корейский женьшень был впервые назван *Panax Schineseng* Nees немецким ботаником Нис фон Эзенбеком. Свое окончательное название как корейский женьшень получил благодаря русскому ученому Карлу Антону Мейеру в 1843 году. Слово рапах созвучно со всем известным термином «панацея», ведь произошло оно от имени дочери древнегреческого мифологического врача Эскулапа. В переводе с греческого оно означает «всеисцеляющий», или в популярном переводе – «лекарство от всех болезней».

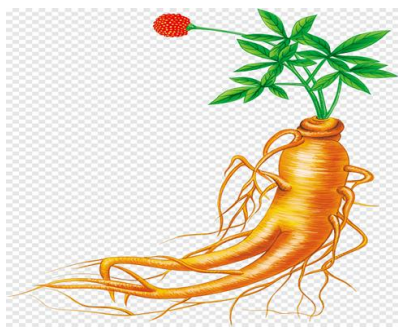
Это растение носит название женьшень, потому что его корень напоминает фигуру человека; считалось, что он олицетворяет три человеческих сущности – дух, душу и тело. Женьшень был известен также как «царь растений» или «повелитель растений».

Слово «ginseng» было взято из китайского языка («génshen»), что буквально означает «человек-корень» или по-другому «ветвистый корень, подобный человеку». Такое же значение имеет и корейское название женьшеня – инсам (in-sam).

На Востоке женьшень называют солью земли или духом земли, чудом природы, даром богов, божественной травой, однако чаще всего – корнем жизни. Согласно китайской легенде, женьшень зародился на месте удара молнии, вобрав в себя силу небесного огня, поэтому в Китае это растение также называют «корень-молния».

Есть легенда, что женьшень появляется из-за удара молнии в горный источник, и вода уходит под землю, и появляется росток, который выбирает в себе пламя молнии и обретает лечебные свойства.

Существует легенда о двух маньчжурских воинах из враждующих родов – Жень-Шене из рода Си-Лянь и Сон-Ши-Хо из рода Лянь Серл. Один из них был славным воином, другой же – красавцем-разбойником. После пленения Сон-Ши-Хо в него влюбилась сестра Жень-Шеня, Ляо, и помогла ему бежать. Жень-Шень преследовал беглецов и настиг их. В бою погибли оба воина, и там, где падали слезы безутешной Ляо, выросло растение, дарующее человеку здоровье, бодрость и силу, то есть наш сегодняшний волшебный женьшень.



В дикой природе очень редко встречается из за этого заготовка этого растения – крайне трудная задача . Корень женьшеня собирают в августе – сентябре после созревания плодов. Корень женьшеня очень осторожно должны выкапывать , не повреждая ответвления ,а потом его очищают и сушат .На срезе корня имеется особенный запах и необычный специфический вкус – сперва жгучий ,затем горьковатый. Из свежего корня тоже приготавливаются

некоторые препараты. Растения Женьшень в себя содержит – тритерпеновые гликозиды – панаксозиды, и витамины А, В, С ,D, Е ,F, G , эфирное масло, пектиновые вещества, сахар, микроэлементы(марганец, молибден, медь, хром, кобальт, титан, цинк, железо) и жирные кислоты.

В лечебных целях используется корень женьшеня. Препараты на его основе оказывают мягкое расслабляющее действие на ЦНС(центральная нервная система) и относятся к синергистам, которые используются вместо фенамина, пиротоксина, кофеина и камфары как природные стимуляторы.

Женьшень это адаптоген то есть лекарственное растения которая содержит вещества увеличивающие адаптационное потенциал человека то есть способность приспосабливаться к обстоятельствам окружающей среды. Он помогает организму приспосабливаться к неблагоприятным условиям среды. Настойка женьшеня вызывает состояние повышенной сопротивляемости жаре, холоду, инфекциям и физическим перегрузкам.

Конкретные положительные свойства женьшеня: активирует деятельность надпочечников (женьшень снижает уровень холестерина и глюкозы в крови ,активизирует деятельность надпочечников , стимулирует половую функцию), повышает умственную и физическую работоспособность, снижает уровень глюкозы в крови то есть большая часть глюкозы переходит в гликоген(гликоген это вещество который хранится в нашей печени это наш резервный запас глюкозы) под действием женьшеня способность печени продуцирует гликоген и соответственно забирает глюкозу из крови .Из за этого для лечения сахарного диабета добавляют корень женьшеня, уменьшает общую слабость и сонливость(чтобы составить нормальный сон человек всегда может поддержать женьшень),повышает артериальное давление(актуально для гипотоников у которых обычно пониженное давление), снижает утомляемость(при приеме препаратов женьшеня физическая работоспособность возрастает а утомляемость соответственно снижается. К слову, практически весь женьшень, который сейчас продается на мировом рынке, — плантационный (культивируемый). Например, в Корее плантационное возделывание началось еще в XVI веке. Дикий, похоже, остался только в легендах и литературе. Даже если «дикарь» появляется в продаже, за него выкладывают почти целое состояние. В современной медицине женьшень используют как адаптоген и общетонизирующее средство. Из женьшеня готовят настойки, лекарства, пищевые добавки. Дикий женьшень занесён в Красную книгу. Корень можно использовать не только для лечения, но и как полезную, вкусную добавку к разным блюдам, как это делают, например, в Корее и Китае. Еще из него заваривают чай и делают другие безалкогольные напитки.

Горечь женьшеня в еде и напитках смягчается. С женьшенем варят куриный суп, кусочки корня добавляют незадолго до полной готовности в блюда из мяса. Засушенный корень женьшеня можно порезать в салат, добавить к гарниру и тушеным овощам. Перед использованием сухого корня замочите его на сутки в воде, чтобы восстановить его объем и плотность.

В каких случаях запрещается употреблять ?

Теперь мы должны знать даже побочные эффекты о которых нельзя забывать. Используя препараты с женьшенем, тщательно надо соблюдать дозировку. Передозировка грозит головной болью, бессонницей и тахикардией, а также резкими скачками кровяного давления и слабостью. Следующий минус если у человека есть склонность к повышению давления то повышается вероятность того что женьшень может спровоцировать гипертонии. Женьшень может привести даже гипертериозу (гипертериоз это повышенная функция щитовидной железы). Нельзя сочетать женьшень с другими тонизирующими препаратами или напитками. Противопоказана беременным оно повышает тонус матки в целом не благоприятно может влиять на плод и на его развитие. Препараты, содержащие женьшень, не следует принимать во время обострения заболеваний. Особенно вредно употреблять женьшень, если у вас повышенная температура тела, выделяется гной или образуется абсцессы.

Результат: Из корней женьшеня изготавливают настойки и экстракты. Наиболее употребительное в лечебной практике является спиртовая настойка. Настойку принимают по 20 – 30 капель 3 раза в день за полчаса до еды. В нашей статье мы показали историю этого растения и отрицательные действия «женьшеня». Вывод: Стоит запомнить одну вещь, женьшень это конечно растения, но он же и лекарственный препарат, естественно что лекарственный препарат должен назначать врач – фитотерапевт. Не зная дозировку не советуется употреблять.

Используемая литература:

1. Землинский С.Е. Лекарственные растения СССР. – Москва: Медгиз, 1958. – 700 с.
2. Атлас лекарственных растений. М.А. Жураева - Ташкент. 2019 – 264 с.
3. Лекарственные травы. Набиев М. 1967 год.
4. Минаева В.Г. Лекарственные растения Сибири. – М., 2004.
5. С.С. Азизова. Фармокология. Ташкент 2002 – 496 с.
6. Х.Х. Холматов. Фармокогнозия. Ташкент 1997 – 430 с.
7. Esirgapovich K. A., Berdievna A. S. FORMATION OF STUDENTS' SKILLS IN USING THE INTERNET AND HIT THE DIGITAL TECHNOLOGIES // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2022. – Т. 10. – №. 2. – С. 748-751.
8. Esirgapovich K. A. et al. THE EASIEST RECOMMENDATIONS FOR CREATING A WEBSITE // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2022. – Т. 10. – №. 2. – С. 758-761.
9. Bakhramov R., Malikov M., Kubaev A. USE OF FUNCTIONAL-DIFFERENTIAL EQUATIONS IN DIAGNOSTICS OF HELMINTHS IN CHILDREN // Turkish Journal of Physiotherapy and Rehabilitation. – Т. 32. – С. 3.
10. Бахрамов Р. и др. РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ СТАТИСТИКИ В МЕДИЦИНЕ // Eurasian Journal of Academic Research. – 2022. – Т. 2. – №. 13. – С. 1615-1619.

11. Rakhmatullaevich B. R. et al. ROLE AND SIGNIFICANCE OF MATHEMATICAL STATISTICS IN MEDICINE // Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 12. – С. 491-495.
12. Rakhmatullaevich B. R. et al. STATISTICAL ANALYSIS OF MEDICAL DATA AND PROCESSING IN MS EXCEL // British View. – 2023. – Т. 8. – №. 1.
13. Абдуллаева С., Бахрамов Р., Вохидов А. ТИББИЁТ ОЛИЙ ЮРТИ ТАЛАБАЛАРИНИНГ АХБОРОТ ТЕХНОЛОГИЯЛАРИ ФАНИНИ ЎРГАНИШДАГИ АҲАМИЯТИ // Eurasian Journal of Academic Research. – 2022. – Т. 2. – №. 5. – С. 686-689.
14. Бахрамов Р. Р., Маликов М. Р., Абдурахмонов Р. П. ЗАБОЛЕВАНИЯ ВЫЗВАННЫЕ ГЕЛЬМИНТАМИ У ДЕТЕЙ И ПРОГНОЗ РАЗВИТИЯ ЭТИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ // Eurasian Journal of Medical and Natural Sciences. – 2022. – Т. 2. – №. 5. – С. 58-62.
15. Бахрамов Р. Р., Маликов М. Р. БОЛАЛАРДА ПАРАЗИТЛАРНИ АНИҚЛАШДА ФУНКЦИОНАЛ ДИФФЕРЕНЦИАЛ ТЕНГЛАМАН ФОЙДАЛАНИШ УСУЛИ // Academic research in educational sciences. – 2021. – Т. 2. – №. 3. – С. 280-288.
16. Bakhramov R., Malikov M., KUBAEV A. The method of using the functional-differential equation in detecting parasites in children // International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology. – 2021. – Т. 8. – №. 3. – С. 10-14.
17. Bakhramov R. R., Abdurakhmonov R. P., Malikov M. R. Diseases caused by helminths occurring in children of world countries and prognosis of these diseases // Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 3. – С. 330-334.
18. Бахрамов Р. Р., Абдурахмонов Р. П., Маликов М. Р. ДУНЁ МАМЛАКАТЛАРИ БОЛАЛАРИДА УЧРАЙДИГАН ГИЖЖАЛАР (ГИЛЬМЕНТ) КЕЛТИРИБ ЧИҚАРАДИГАН КАСАЛЛИКЛАР ВА УШБУ КАСАЛЛИКЛАР ПРОГНОЗИ.
19. Бахрамов Р. и др. БОЛАЛАРДА ГИЖЖА КАСАЛЛИГИНИ ПРОГНОЗ ҚИЛИШДА МАТЕМАТИК МОДЕЛЛАШТИРИШДАН ФОЙДАЛАНИШ // Eurasian Journal of Medical and Natural Sciences. – 2022. – Т. 2. – №. 12. – С. 172-177.
20. Бахрамов Р. Р., Ҳамдамова Ш. С., Мухаммадқулова М. К. БЕМОРЛАРДА КЕЧАДИГАН СИЙДИК АЖРАТИШ БИЛАН БОҒЛИҚ БЎЛГАН МУАММОЛАР // Интернаука. – 2021. – №. 14-3. – С. 82-83.
21. Есиргапович К.А. и соавт. САМЫЕ ПРОСТЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОЗДАНИЮ ВЕБ-САЙТА // Международный междисциплинарный исследовательский журнал «Галактика». – 2022. – Т. 10. – №. 2. – С. 758-761.
22. Бахрамов Р., Маликов М., КУБАЕВ А. Методика использования функционально-дифференциального уравнения при выявлении паразитов у детей // Международный журнал инноваций в инженерных исследованиях и технологиях. – 2021. – Т. 8. – №. 3. – С. 10-14.
23. Кубаев А.Е. и соавт. Методы и объемы создания базы данных в программе ms access в программе ms access по медико-биологическому планированию и созданию базы данных для хранения информации, перейти к теме модулей практических занятий в системе онлайн // АКАДЕМИЯ: Международный многопрофильный исследовательский журнал. – 2021. – Т. 11. – №. 3. – С. 779-792.
24. Кубаев А. Э., Абдуллаева С. Б. ТИББИЙ ТАСВИР ОЛИШДА РАДИОЛОГИЯ СОХАСИНИНГ ТАВСИФЛАНИШИ // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2022. – Т. 10. – №. 7. – С. 121-127.

25. Кубаев А. Э., Абдуллаева С. Б. ТИББИЙ ТАСВИРЛАРНИ ШАКИЛЛАНИШИ // BARQARORLIK VA YETAKCHI TADQIQOTLAR ONLAYN ILMIY JURNALI. – 2022. – Т. 2. – №. 5. – С. 104-109.
26. Esirgapovich K. A. et al. Use of Electronic Government Interactive Service System in Uzbekistan // Web of Scholars: Multidimensional Research Journal. – 2023. – Т. 2. – №. 2. – С. 13-22.
27. Esirgapovich K. A., Berdievna A. S. FORMATION OF STUDENTS' SKILLS IN USING THE INTERNET AND HIT THE DIGITAL TECHNOLOGIES // Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2022. – Т. 10. – №. 2. – С. 748-751.

