

**ЛЕКАРСТВЕННОЕ ЗНАЧЕНИЕ РОМАШКИ АПТЕЧНОЙ**

**(*MATRICARIA RECUTITA*)**

***Аннотация***

*В статье рассматривается лекарственное значение ромашки аптечной (*Matricaria recutita*). Ромашка аптечная (*Matricaria recutita*) широко применяется в различных сферах медицины. Они имеют целый ряд биологических эффектов, используемых в медицине.*

***Ключевые слова:*** сад, поля, огород, сезон, вид, род, фитопрепарат, семейство.

*Abipov Rustem Kamalovich*

*Assistant*

*Department of General Biology and Physiology*

*Reipnazarov Bakhtiyar Dauletnazarovich*

*Assistant*

*Department of "Agroecology and introduction of medicinal plants"*

*Karakalpak State University named after Berdakh*

*The Republic of Uzbekistan*

**MEDICINAL VALUE OF PHARMACY'S CHAMOMILE**

**(*MATRICARIA RECUTITA*)**

### **Annotation**

*The article discusses the medicinal value of chamomile (*Matricaria recutita*). Chamomile (*Matricaria recutita*) is widely used in various fields of medicine. They have a variety of biological effects used in medicine.*

**Key words:** *garden, fields, vegetable garden, season, species, genus, phyto-preparation, family*

Ромашка аптечная или лекарственная (*Matricaria recutita*) – это представительница травянистых растений семейства Астровых, или Сложноцветных, относится к роду Ромашки. Данный род объединяет около двадцати видов невысоких пахучих трав, цветущих в первый год жизни.

Ромашка аптечная (*Matricaria recutita*) - это травянистый однолетник со стеблями высотой 15-40 см, листья очередные, соцветия диаметром 1,5-2,5 см, с приятным запахом. Семена ромашки можно сажать в любое время сезона. Цветет ромашка аптечная с мая по октябрь. В природных условиях встречается на обочинах дорог, пустырях, огородах, садах, полях и других местах.

Ромашка аптечная (*Matricaria recutita*) – это компонент многих фитопрепаратов, применяемых у детей и взрослых. Ее используют как для приема внутрь, так и наружно. Для рационального использования ромашки, важно знать ее показания и противопоказания

Ромашка аптечная (*Matricaria recutita*) широко применяется в различных сферах медицины. Они имеют целый ряд биологических эффектов, используемых в медицине.

Лекарственное значение ромашки аптечной (*Matricaria recutita*) тесно связано с наличием эфирного масла. В цветочных корзинках содержится эфирное масло, горечь, слизи и другие полезные вещества [1].

Настои, отвары, чай с ромашкой применяют при лечении различных болезней. Такая широкая сфера ее применения обусловлена ее биологическим составом, компонентами, найденными в растении. В состав ромашки аптечной входят [2].

- ✓ аскорбиновая кислота;
- ✓ бета-каротин;
- ✓ матрицин;
- ✓ селен, калий, цинк и медь;
- ✓ каприловые, салициловые, изовалериановые кислоты;
- ✓ камеди;
- ✓ кверцетин;
- ✓ флавоноиды;
- ✓ никотиновая кислота;
- ✓ полисахариды;
- ✓ дубильные вещества;
- ✓ эфирное масло [2].

Ромашка аптечная (*Matricaria recutita*) оказывает нижеследующие действия:

- - выраженная успокоительный, седативный эффект, за счет чего помогает справляться со стрессами и депрессиями;
- - защищает миокард от внешних влияний и обладает кардиопротекторным эффектом,
- - нормализует кровообращение, стимулирует деятельности головного мозга;
- - регулирует пищеварительную систему;
- - защищает слизистые оболочки, стимулирует регенерацию, обладает антисептическим эффектом;
- - помогает в улучшении сна, стимулирует повышение работоспособности;
- - помогает в укреплении стенок артерий, препятствует развитию атеросклероза;
- - обладает антиаллергическим действием.

А также в составе ромашки присутствуют натуральные спазмолитические и обезболивающие компоненты, они помогают расслаблять гладкие мышцы, устраняя дискомфортные ощущения в органах и тканях [3].

Многие специалисты утверждают, что ромашка аптечная также имеет противопоказания: нельзя ею сильно злоупотреблять

Поэтому ромашку запрещено применять при наличии:

- ✓ - индивидуальной непереносимости определенных ее компонентов и аллергии на растение;
- ✓ - хронических поражений почек, тяжелых заболеваний органов;
- ✓ - обострения язвенной болезни как кишки, так и желудка;
- ✓ - диареи неизвестного происхождения;
- ✓ - серьезных психических расстройств [2].

Таким образом – ромашка аптечная оказывает противовоспалительный и антисептический эффекты при наружном применении, при приеме внутрь – успокоительный, потогонный, спазмолитический, что полезно при различных простудных заболеваниях и проблемах пищеварения.

#### **Использованные источники:**

1. Кароматов И.Дж., Бадритдинова М.Н., Язмурадов Ф.А. ромашка аптечная известное лекарственное растение// Электронный научный журнал «Биология и интегративная медицина» №7 – июль-август (24) 2018
2. Ромашка аптечная// <https://www.kp.ru/putevoditel/zdorove/romashka-aptechnaya/>
3. Ромашка аптечная// <https://ru.wikipedia.org>