

СЕДАНА БАРЧА ДАРДЛАРГА ШИФО

Тўплаб, нашрга тайёрловчи:
Аҳмад Муҳаммад ТУРСУН

«Voris» нашриёти
Тошкент
2007 йил

Дардни берган Парвардигор унинг шифосини ҳам берган. Шифони эса асосан набототда, хайвонотда ва табиат кўйнидаги бошқа неъматларда қилиб кўйган. Ана шундай шифобахш неъматлардан бири юртимизда ҳам кўп учрайдиган седанадир. Ҳадиси шарифда седана ўлимдан бошқа барча хасталикларга шифодир, дейилган. Ушбу китобчада седананинг хосияти, седана ва унинг ёғи қандай касалликларга шифо бўлиши, халқ табобатида уни қўллаш усуллари ҳақида сўз юритилади.

СЕДАНА ҚАНДАЙ ЎСИМЛИК?

Ўзбекчада седана, арабчада шунизи, форсчада "сиёхдона", яъни қора дона, русчада чернушка посевная, лотинчада *Nigella sativa* деб аталади. Седана ўлимдан бошқа барча хасталикларга шифодир, бу ҳақда Пайғамбаримиз Муҳаммад алайҳиссаломдан ҳадиси шариф ривоят қилинган.

Седана бўйи 70 сантиметрга борадиган бир йиллик ўт ўсимликдир. Пояси текис, юмалоқ, тукдор, тик қадли бўлиб, баргалари 2-3 сантиметр узунликда патсимон бўлинган, Поячанинг пастки барглари бандли, устки барглари бандсиз, кетма-кет ўрнашган бўлади. Гуллари йирик, 5-8 гулбаргларга эга. Улар шохчаларнинг учида алоҳида-алоҳида жойлашган. Меваси ғилофли баргча. Уруғлари уч қиррали, ғадир-будур, кўнғир ёки қора доначалардир.

Седана май-июн ойларида гуллайди, уруғлари июл-августда етилади. Седана меваси пишиб етй-лишига яқин қолганда ўриб олинади. Уни яхшилаб қуришиб, янчиб, уруғлари элакдан ўтказилади ва қуруқ жойларда сақланади.

Седана таркибида 0,4-1,5 фоиз эфир мойқ 40 фоизгача ёғ, мелантин ва нигеллин гликозидлари бор.

Седанадан шарқ халқлари тадбиркорлик билан фойдаланиб келишган. У кўпинча қуядори сифатида ҳам қўлланилган. Седананинг сирка билан аралашмаси ҳуснбузарларни, ўсмаларни йўқотишда ишлатиб келинган.

Буюк хозик табиб Абу Али ибн Сино седана билан айрим кўз касалликларини даволаган. Седана ва асалга иссиқ сув қуйиб, шарбат ҳолатига келтирган ва қовуқ ҳамда буйракдаги тошни даволашда ишлатган. Шунингдек, улуғ табибимиз седанадан гижжа ҳайдовчи, газандалар захрини кесувчи ва кишини тинчлантирувчи омил сифатида ҳам фойдаланган.

Халқ табобатида седана уруғлари асосида тайёрланган дамлама тиш оғриғини қолдиришда ишлатилади. Шунингдек, у меъда оғриқларида ҳам тавсия этилади.

Седана ўзбек пазандачилигида ҳам қўлланилади, уни нон устига сепилади, бу нонни

чиройли қилибгина қолмай, шифобахш дори сифатида ҳам ҳар куни истеъмол қилинади. Бундан ташқари седана зиравор сифатида ҳам ишлатилади. Бодринг, карам, тарвузларни тузлашда ундан фойдаланиш мумкин.

Шуни айтиб ўтиш керакки, айрим жойларда уни хушманзара ўсимлик сифатида ҳам экишади.

СЕДАНАНИНГ ФОЙДАСИ

"Тибби Набавий" (Пайғамбаримиз табобатлари)да келтирилишича, "Седана билан нон бодларни суради. Бошнинг ярми оғришини ва ич кетишини тўхтатади. Юзнинг қийшайиши, сакта, қийналиб ва босинқираб ухлаш, хотира фаромушлиги, бош айланиши, кўз тиниши ва кўз олдининг қоронғилашуви каби хасталикларда седана жуда фойдалидир".

* * *

Жолинус ҳаким унинг фойдалари ҳақида бундай деган: "Седананинг фойдаси кўпдир: Қориндаги дамни ҳайдайди. Меъдадаги куртларни ўлдиради. Кўзда пайдо бўлган сувни даф қилади. Агар уни товада қовуриб, латтага олиб ҳидласа, зуком хасталиги (грипп) да фойда қилади. Агар майдалаб эзиб, пешонага боғланса, бош оғриғини қолдиради. Сурма каби кўзга суртилса, унинг қизиллигини кетказади. Агар сирка билан қўшиб боғланса, обила (қадок)ни кетказади. Қичима касалида ёрдами тегади. Балғамли шишларни қайтаради. Эмизикли она седана еса, сутини келтиради ва пешобни суради. Уинг мойи инсонни ёшартиради, соқол ва сочнинг ўсишини тезлаштириб, рангини қорайтиради. У танадаги заҳарларни тортиб олиш хусусиятига эга. Седана шаҳват қувватини орттиради".

* * *

Атоқли олимлардан Муҳйиддин ал-Арабий айтади: "Амалдорлардан бири жузом (мохов) касалига дучор бўлган эди. Табиблар унинг дардига чора юполмай, бу дардга даво йўқ, дейишди. Иймони мустаҳкам, суннатга комил ихлос қўйган бир киши Пайғамбар алайҳиссаломнинг "Седана барча дардларга шифодир", деган ҳадисларини далил ўлароқ келтириб, табибларнинг сўзларини инкор қилди. У седана ва асални қўшиб, дори тайёрлади ва беморни муолажа қила бошлади. Табиблар амалдорнинг тез шифо топганига ҳайратда қолишди".

ИБН СИНО СЕДАНА ҲАҚИДА

Улуғ ҳаким Абу Али ибн Синонинг "Тиб қонун» лари" китобида (2-жилд, 590-591-бетлар) седананинг хоссалари ва давоси ҳақида шуидай ёзилган:

Седананинг табиати учинчи даражада иссиқ ва қурукдир. У ўткир балғам кўчирувчи, тозаловчи, ел ва дамни шимдирувчидир. Хусусан унинг тозалаш хусусияти етарли даражададир.

* * *

Седана зийнат бобида осилиб турувчи сўгалларни, холларни, доғни, айниқса песни кетказди.

* * *

Шиш ва тошмаларда уни сирка билан қўшиб, "сутли тошмалар"га босилади. У шиллиқли ва каттиқ ўсмаларни ҳам шимдириб йўкотади.

* * *

Жароҳат ва яраларда сирка билан қўшиб, шилимшиқ яраларга ва ярага айланган кўтирга қўйилади.

* * *

Бош аъзоларида бўладиган турли хасталикларга ҳам седана энг яхши даводир. Масалан, у тумовга фойда қилади, айниқса унинг қовурилганини каноп латтага ўраб ишлатса, фойдаси катта.

* * *

Седанани совуқ бош оғриғи билан касалланган кишининг пешонасига суртилса, шифо бўлади.

* * *

Агар уни кечаси сирка билан ивитиб қўйиб, эрталаб янчилса ва касалнинг бурнига торттирилса ҳамда касал уни ҳидлаши учун бурни олдига қўйилса, сурункали бош оғриқлари ва юз фалажида фойда қилади.

* * *

Седана ғалвирсимон суякдаги тиқилмаларни очишда жуда яхши воситадир.

* * *

Унинг сиркада қайнатилгани билан, айниқса санавбар чўпи билан бирга қайнатилгани билан оғиз чайқалса, тиш оғриғига яхши фойда қилади.

* * *

Кўз касалликларини даволашда ҳам у шифодир. Агар унинг янчилганини марсин дарахтининг ёғи билан бурунга тортилса, катарактанинг бошланишини қайтаради.

* * *

Нафас ва кўкрак аъзолари касалликларида: седанани натрун билан қўшиб ичилса, "тикка

нафас олиш" касаллигида фойда қилади.

* * *

Чиқариш аъзолари касалликларида: седана ингичка гижжани ва қовоқ уруғига ўхшаш гижжани ўлдиради; бир неча кун киндикка суртиб юрилса, хайз қонини юриштиради. Уни асал ва иссиқ сув га қўшиб ичирилса, қовуқ ва буйракдаги тошларга фойда қилади.

* * *

Иситмани, хусусан балғам билан савдодан бўлган иситмаларни қолдиради ва йўқ қилади.

* * *

Седананинг тутунидан газандалар қочади. Бир гуруҳ табиблар седанани кўп истеъмол қилса у ҳалок этади, дейишган. Ундан бир драхмий миқдорида ичилса, қоракурт чакқанида фойда қилади.

ҲУСАЙН ИБН БАЙРАМХОННИНГ "ТУҲФАИ ҲУСАЙНИЙ" АСАРИДАН

Иккинчидир қуруқ-иссиқ седана,
Бод кесади, жило беради яна.
Қорин қуртларини ўлдиради ҳар он,
Киши сийдигини қилади равон.
Қовурилгач уни ҳидланса агар,
Тумов учун яхши фойда келтирар.

ҲАКИМ ДАВОЙИНИНГ "ФАВОЙИД АЛ-ИНСОН" АСАРИДАН

Қовуриб ҳидланса седана агар,
Тумоқ иллотида фойда келтирар.
Яна пес дардига фойдаси бордир,
Баҳаққа боғланса кўп нафи бордир.
Илон қони агар қўшилса унга,
Тери доғи кетар суркаса танга.
Қуруқ-иссиқликда иккинчи миқдор,
Барча захар учун манфаати бор.

ХАЛҚ ТАБОБАТИДА СЕДАННИ ҚЎЛЛАШ

Ибн Сино тавсиясига кўра, седана ва асалдан тайёрланган дамлама буйрак ва пешоб йўлларидаги тошни майдалайдиган дорига айланади. Дамлама тайёрлаш учун ярим литрли чойнакка бир чой қошиқдаги қора ёки кўк чой солиб, устига 25-35 дона седана ташланади, қайноқ сув қуйилгач оловда 3-4 дақиқа дам едирилади. Сўнг ширинликлар билан истеъмол қилинади, агар асал билан ичилса, шифобахшлиги янада кучаяди.

* * *

Қоринда димланиш ёки ел кучайиб кетса, ёки ичак йўлларини тозалаш учун седана дамламаси энг яхши шифодир. Дамламани тайёрлаш учун ярим литрли чойнакка 20-25 дона седана ташлаб, кейин бир чой қошиқ кўк чой солинади, устидан иссиқ сув қуйиб, 4-5 дақиқа оловда дам едирилади. Дамламани ширинлик, айниқса асал билан ичиш тавсия этилади.

* * *

Седана дамламаси овқат ҳазмини яхшилашга ҳам ёрдам беради. Бундай дамламани тайёрлаш учун ярим литрли чойнакка озгина қора чой солиб, сўнгра 20-25 дона седана ташлайсиз. Устидан қайноқ сув қуйиб, оловда 3-4 дақиқа дам едирилади. Ҳазм қилиш учун чойга ўхшатиб ичилади.

* * *

Халқ табобатида пешоб (сийдик) ҳайдовчи восита сифатида седанали чой тавсия қилинади. Буни тайёрлаш учун ярим литрли чойнакка 20-25 дона седана солинади ва озгина чой қўшиб оловда дам едирилади. Сўнгра уни чойга ўхшатиб ичилади.

* * *

Седанадан етти дона олиб уни аёл сутида бир соат ивитиб қўйиб, ундан бурунга томизилса, сариқ касаллиги ва кўз касаллигида фойда беради.

* * *

Киши танасида хўллик устун келса, исириқ ва седана уруғини туйиб, унга бирор хил ширинлик қўшилади ва ҳаммомга кириб, шу аралашмани баданга, бармоқлар орасига яхшилаб суртиш тавсия этилади.

* * *

Одам тумов бўлганида ҳам седанали чой ичиш яхши фойда қилади. Седанали чой тайёрлаш усулини юқорида келтириб ўтдик, фақат бунда унга кўк ёки қора чой солинишининг аҳамияти йўқлигини эслатиб қўймоқчимиз.

* * *

Иммунитет (тананинг ташқи таъсирларга дош бериши) сусайишида уни кучайтириш учун седанани янчиб, уни асалга аралаштирилади ва ҳар куни наҳорга шундан нўхатдай миқдордагисини истеъмол қилинади.

ЗУФУНУН ТАБОБАТИ СЕДАНА ҲАҚИДА

Седананинг бир марталик ичиш миқдори катталар учун 5 грамм, бир кунлиги эса 15 граммдир. Седана ёғини истеъмол қилиш миқдори ярим маҳал (бир маҳал 4,414 грамм), бир марталиси 2,2 грамм, кунлик ичиш миқдори 6,5 граммдир.

* * *

Седана ўз мижозидан келиб чиқиб балғам хилтини кўчиради, ел ва дамни шимдиради, оқ ва қора доғларни кетказади.

* * *

Шамоллашда хозиқ табиб тавсияси билан қуриган седана уруғидан 5 грами овқатдан олдин кунига уч маҳалдан ичилса, фойда қилади.

* * *

Соч тўкилишида (тулки касаллигида) седананинг 15 грами 50 мл. узум сиркасида бир кунга қолдириб бўктирилади, сўнг сузиб олинган седана ҳавончада яхшилаб туйилиб, соч тўкилган жойга қўйилади.

* * *

Мижозидаги совуқлик туфайли пайдо бўлган бош оғриғида седананинг 15 грами 50 мл. узум сиркасида бир кунга қолдириб бўктирилгач, седанаси сузиб олиниб ҳавончада туйилади ва яхшилаб сиқилса суви чиқади, шу сув 3 маҳал бурунга томизилади. Седананинг туйилганидан уч маҳал 10-14 кун давомида ичиб борилса ҳам бош оғриғида фойда қилади.

* * *

Буйракда ва қовуқда тош пайдо бўлса, седананинг туйилганидан 5 грамига 15 грамм тоғ асалини қориб, иссиқ сув билан кунига уч маҳалдан овқатдан олдин ичиш тавсия қилинади.

* * *

Қовоқ уруғига ўхшаш гижжаларда седананинг 15 грами туйиб-майдаланиб, Абу Жаҳл тарвузи шарбати (суви) билан қуюқроқ масса тайёрланади ва кунига бир мартадан кечқурунлари киндикка қўйилади. Агар киндик атрофида қизариш бўлмаса, бу муолажа 10 14 кун давом эттирилади.

* * *

Ун каби туйилган седананинг бир миқдори эмадиган бола сийдиги билан аралаштирилиб, қуюқроқ масса гайёрланади ва сўгал чиққан жойга қўйилса, уни туширади.

* * *

Тикка нафас олиш касаллигида 5 грамм седананинг майдаланганини 0,5 грамм сода (натрун) билан қапаки қилиб кунига уч маҳал ичилса, иншааллоҳ фойда беради.

* * *

Сурункали бош оғриқларида седананинг 15 грами 50 мл. узум сиркасида бир Кун бўктирилиб, сузиб олинган седана ҳавончада яхшилаб туйилади. Седананинг сиқиб олинган

суви ҳидланса ёки пешонага суртилса, тана миждозидаги совуқлик туфайли пайдо бўлган бош оғриғидан халос қилади.

* * *

Юз фалажида седананинг 60 grammi 200 мл. узум сиркасида бир кунга бўктириб қўйилади, сўнг сузиб олинган седанани ҳавончада яхшилаб туйиб сиқилгандаги суви ҳидланса ёки бурун тагига қўйилса ёки яланса, юз фалажига шифо бўлади. Туйилган седанадан 2-5 граммдан уч маҳал истеъмол қилса ҳам мақсадга эришилади.

* * *

Седананинг туйилган 15 grammi 25 мл. узум сиркасида бир кунга қолдириб бўктирилади, сўнг шилликли яраларга ва яраланган қўтирларга кунига 1-2 мартадан қўйилса шифо бўлади.

* * *

Тиш оғриғида седананинг 15 grammi 50 мл. узум сиркасига бир кун бўктирилади, сўнг сузиб олинган седана ҳавончада яхшилаб туйилади-да, уни сиқилгандаги суви тиш оғриган жойга озгина пахтага шимдириб қўйилади.

* * *

Седанани туйиб, унинг 20 grammi санавбар чўпининг 25 grammi ва узум сиркасининг 100 мл. билан бирга қайнатилади, сўнгра сузилади ва оғиз чайилса, тиш ва милк оғриғига фойда қилади. Бу даво усулларини хозик табиб маслаҳати билан амалга оширса бўлади.

* * *

Сариқ касаллигидан сўнг бемор кўзининг оқида сариқлик сақланса, уни йўқотиш йўли шундай: седананинг 7 донаси бир кунга аёл сутида сақланиб, сўнг сузиб олинади, седанани туйиб, сиқиб олинган суви кўзга томизилса, унинг сариқлиги кетади.

СЕДАНАНИНГ ЁҒИ ҲАҚИДА

Седана ёғининг халқ табобатида олиш усули қуйидагича: седананинг туйиб элакдан ўтказилган унидан 20 мисқоли (100 граммчаси) ва ширин бодом мағзи пўстининг ун каби туйилганидан 30 мисқоли (150 граммчаси) тагидан олов билан қиздирилган мис лаганга солиб, 5 мисқол (25 граммча) оққанд ёки шакар билан илиқ сувда биргаликда хамирга ўхшатиб ишланади, ишланиш давомида ҳосил бўлган ёғи олинади.

* * *

Шарқ табобати маркази томонидан тавсия этилган янгича усул қуйидагича: седананинг туйиб элакдан ўтказилган унидан 100 grammi солинган идишга керакли миқдордаги узум сиркаси седанани кўмадиган қилиб қўйилади, етти кун қоронғи жойда чайқатиб-чайқатиб сақланади. Сўнгра 500 мл. зайтун ёғи ёки ширин бодом ёғи билан биргаликда то узум сиркаси буғланиб кетгунча буғли сувда қайнатилади, лекин бунда ёғ доғ бўлиб кетмаслиги керак.

Сўнгра сузиб олинади.

* * *

Седана ёғи юз фалажида бурунга икки-уч ой давомида томизиб турилади.

* * *

Эмизикли онадан сут чиқишини кўпайтиради. Бунинг учун икки-уч ой давомида 2 граммдан уч маҳал ичилса ёки шу ёғдан кўкракка суртиш керак бўлади.

* * *

Қовоқ уруғига ўхшаш ва ингичка гижжаларни ҳайдаш учун седана ёғидан икки-уч ой давомида 2 граммдан кунига уч марта ичиб туриш тавсия этилади.

* * *

Яна шу муҳлатда шунчадан миқдорда истеъмол қилинса ва киндик ости қовуқларга суртилса, хайз қонини ҳайдайди ва ўлик ҳомилани туширади.

* * *

Бавосир (геморрой) да седана ёғидан икки-уч ой давомида 2 граммдан кунига уч маҳалдан ичиб турилса, фойда беради, шунчасини йўғон ичак оғзига суртилса ҳам давоси бор.

* * *

Қораталоқ қаттиклигини кетказиш учун юқоридаги усулда истеъмол қилиш ёки ташқаридан суртиш тавсия қилинади.

* * *

Седана ёғидан 2 граммни кунига уч маҳалдан тизза кўзига суртилса, унинг оғриқларига даво бўлади.

* * *

Совуқдан бўлган иситмада седана ёғидан икки-уч ой давомида 2 граммдан кунига уч маҳалдан ичилса, фойда қилади. Юқоридаги ҳолатларнинг барчасида хозиқ табиб билан маслаҳатлашиб иш тутилса, мақсадга мувофиқ бўлади.

* * *

Седана ёғи танага суртилса, газандалар яқин ке-лолмайди ва чақмайди.

СЕДАНАНИНГ ҒАЙРИТИББИЙ ХОСИЯТИ ҲАҚИДА

Седана ёғи жигар учун ножўя таъсирга эга. Жигарида оғриқ бўлган ёки унинг фаолиятида ўзгариш бўлган беморларга седана ёғи истеъмол қилиш ман этилади. Ташқаридан суртиш мумкин, бу фақат хозик табиб ёки шифокор тавсияси билан бажарилади.

ХАЛҚ ТАБИБИ САФАР МУҲАММАД ТАВСИЯЛАРИ

Қовурилган седанани зайтун ёғига аралаштириб, тумов бўлган кишининг бурнига томизилади.

* * *

Ҳайз келмай қолганида 15 грамм седана, 30 грамм арпабодиён бир стакан сувда қайнатилиб, уч маҳал бир ош қошиқдан етти кун давомида ичилади. Бу қайнатма шамоллашда ҳам ёрдам беради.

* * *

Седана уруғини куйдириб, ёғ ёки хинага аралаштириб бошга суртилса, соч тўкилишининг олдини олади.

* * *

Седана уруғини аччиқ тарвуз (ханзил) сувига кўшиб киндик остига суртилса, қориндаги курт-гижжаларни туширишга ёрдам беради.

* * *

Исириқ ва седана уруғини туйиб, бирор ширинликка (асал ёки новвот) аралаштирилади. Сўнг иссиқ баданга суртиб, ўраниб ётилса танадаги намликни камайтиради.

* * *

Бавосирни даволашда седана уруғидан кунига 0,5-1 граммдан икки-уч маҳал истеъмол қилиб юрилади. Вазелин ёки мол ёғига аралаштириб касал жойга суртилса ҳам ёрдам беради.

Фойдаланилган адабиётлар

1. Абу Али ибн Сино. «Тиб қонунлари», II китоб, Тошкент, «Фан» нашриёти. 1982 йил, 590-591 бетлар.
2. М.Набиев, В.Шалиёв. А.Иброҳимов, «Шифобахш неъматлар», Тошкент. «Меҳнат», 1986 йил, 75-бет.
3. «Табобат дурдоналари», Тошкент, Ибн Сино. 1990 йил, 75-бет.
4. Ш.Эргашев, «Табиатнинг ўзи табиб», Тошкент, Ибн Сино, 2003 йил.
5. Ж.Жўраев, М.Жўраев, «Зуфунун табобати», Тошкент, «Истиклол», 2007 йил, 124-129-бетлар.
6. «Табобат хазинаси дурдоналаридан», Тошкент «Медицина», 1987 йил.
7. Алихонтўра Соғуний, «Шифо ул-илал». Тошкент, «Мовароуннахр», 2004 йил.