

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Termiz Filiali

Muhabbat Shamayeva Baratovna: Psixologiya fani asistenti

muhabbatshamayeva10@gmail.com

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Termiz Filiali

Sindarova Dilshoda Sherzod qizi 1-son Davolash fakulteti 2-bosqich talabasi

sindarova.dilshoda07@gmail.com

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Termiz Filiali

Istamova Durdona Rustam qizi 1-son Davolash fakulteti 2-bosqich talabasi

istamovadurdona32@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada yuqumli kasalliklar bilan og'rigan bemorlarning psixoemotsional holati tibbiyot va psixologiya fanlari kesishmasida o'rganilgan. Kasallik jarayonida yuzaga keladigan qo'rquv, tashvish, depressiya, ijtimoiy izolyatsiya va o'zini past baholash kabi psixologik muammolar tahlil qilingan. Bemorlarning emotsional holati davolash samaradorligiga bevosita ta'sir qilishi isbotlangan. Kompleks yondashuv — tibbiy va psixologik yordam birgalikda ko'rsatilishi — bemorlar hayot sifatini sezilarli darajada yaxshilashi ko'rsatilgan.

Аннотация: В данной статье изучены психоэмоциональные особенности пациентов, страдающих инфекционными заболеваниями, на стыке медицины и психологии. Проанализированы такие психологические проблемы, как страх, тревога, депрессия, социальная изоляция и заниженная самооценка, возникающие в процессе болезни. Доказано, что эмоциональное состояние пациентов непосредственно влияет на эффективность лечения. Показано, что комплексный подход — совместное оказание медицинской и психологической помощи — значительно улучшает качество жизни пациентов.

Abstract: This article examines the psychoemotional characteristics of patients suffering from infectious diseases at the intersection of medicine and psychology. Psychological problems such as fear, anxiety, depression, social isolation, and low self-esteem arising during the disease process are analyzed. It has been proven that the

emotional state of patients directly affects treatment effectiveness. A comprehensive approach — providing medical and psychological assistance together — has been shown to significantly improve patients' quality of life.

Kalit soʻzlar: yuqumli kasalliklar, psixoemotsional holat, tashvish, depressiya, psixologik yordam, somatopsixik munosabatlar, hayot sifati, ijtimoiy izolyatsiya, davolash samaradorligi, koping strategiyalar

Ключевые слова: инфекционные заболевания, психоэмоциональное состояние, тревога, депрессия, психологическая помощь, соматопсихические отношения, качество жизни, социальная изоляция, эффективность лечения, копинг-стратегии

Keywords: infectious diseases, psychoemotional state, anxiety, depression, psychological support, somatopsychic relations, quality of life, social isolation, treatment effectiveness, coping strategies

Yuqumli kasalliklar insoniyat tarixida eng ko'p tarqalgan va eng katta zarar yetkazgan kasalliklar guruhiga kiradi. XX asrning oxiri va XXI asrning boshlarida OITS/OIV, gepatit, sil, COVID-19 kabi yuqumli kasalliklarning global miqyosda tarqalishi bu muammoning nafaqat tibbiy, balki ijtimoiy va psixologik jihatlarini ham chuqur o'rganish zarurligini ko'rsatdi.

Zamonaviy psixosomatik tibbiyot nuqtai nazaridan, inson tanasi va ruhi bir-biri bilan uzviy bog'liq tizimni tashkil etadi. Shu sababli, yuqumli kasallik bilan og'riqan bemor faqat biologik nuqtai nazardan emas, balki psixologik va ijtimoiy jihatdan ham yaxlit holda ko'rib chiqilishi lozim. Biopsixosotsiyal model (G. Engel, 1977) bugungi kunda bemorlarni kompleks baholashning asosiy tamoyili sifatida tan olingan. Amaliyot shuni ko'rsatadiki, yuqumli kasallik tashxisi qo'yilgan zahoti bemorning ichki dunyosida murakkab psixologik jarayonlar boshlanadi. Bu jarayonlar kasallikning borishiga, davolash samaradorligiga va bemor hayot sifatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Yuqumli kasallikning psixologik ta'siri mexanizmlari
Yuqumli kasallik organizmga biologik zarar yetkazish bilan birga bir qator psixologik mexanizmlarni ishga tushiradi. Bu mexanizmlar quyidagi yo'nalishlarda namoyon bo'ladi:

Neurobiologik ta'sir. Ko'plab yuqumli kasallik qo'zg'atuvchilari markaziy asab tizimiga

bevosita yoki bilvosita ta'sir ko'rsatadi. Infeksion toksikoz natijasida yuzaga keladigan asteniya, bosh og'rig'i, uyqu buzilishlari bemorning emotsional foniga salbiy ta'sir qiladi.

Sitokinlar — immun jarayonida ajralib chiqadigan moddalar — miyaning kayfiyat boshqaruvchi tizimlarini ham o'zgartirishi ilmiy jihatdan isbotlangan. Psixologik stressor sifatidagi kasallik. Tashxis qo'yilishi o'zi alohida psixologik zarba hisoblanadi. Bemor o'z hayotining nazorat ostidagi tizimi buzilganini his qiladi. Bu holat dastlabki inkor bosqichidan boshlab, g'azab, savdolashish, tushkunlik va nihoyat qabul qilish bosqichlarigacha — Kübler-Ross modeli asosida — rivojlanishi mumkin. Ijtimoiy stigmatizatsiya. Ayniqsa OITS/OIV, sil, gepatit kabi kasalliklarda jamiyatning salbiy munosabati bemorni chuqur psixologik jarohatlaydi. Stigma nafaqat ijtimoiy, balki o'z-o'ziga nisbatan ham shakllanishi mumkin (o'z-o'zini stigmatizatsiya).

Bemorlarning asosiy psixoemotsional holatlari

Tashvish va qo'rquv. Yuqumli kasallik bilan og'rikan bemorlarning 60–80 foizida klinik ahamiyatga ega tashvish belgilari kuzatiladi. Tashvish quyidagi shakllarda namoyon bo'ladi: kasallikning og'irlashishidan qo'rquv, o'lim qo'rquvi, atrofdagilarga yuqtirib qo'yishdan qo'rquv, ijtimoiy obro'-e'tiborni yo'qotishdan qo'rquv. Tashvish darajasi kasallikning o'tkir davrida eng yuqori bo'lib, davolash jarayonida immunitet faolligini pasaytirishi aniqlangan.

Depressiv buzilishlar. Tadqiqotlar ko'rsatishicha, surunkali yuqumli kasallik (OITS, gepatit B va C, sil) bilan og'rikan bemorlarda depressiya tarqalishi umumiy aholiga nisbatan 2–3 barobar yuqori. Depressiya davolashni rad etish, dori-darmonlarni tartibsiz qabul qilish, salomatlik xulq-atvorini buzilishi orqali davolash jarayonini qiyinlashtiradi.

Ijtimoiy izolyatsiya. Kasallik tarqalishi xavfi tufayli bemorlar ko'pincha atrofdagilardan ajralishga majbur bo'ladilar. Bu holat yolg'izlik hissini, foydalilik yo'qolishini va hayotiy mazmunning susayishini keltirib chiqaradi. Ijtimoiy aloqalarning uzilishi ayniqsa uzoq muddatli davolash talab qiladigan bemorlarda og'ir oqibatlarga olib keladi.

Shaxs o'zgarishlari. Surunkali yuqumli kasallik bemorning shaxsini ham o'zgartirishi mumkin. Tajribali klinik psixologlar infeksiya kasalliklarda uchraydigan xarakter o'zgarishlarini quyidagicha tasvirlaydilar: ortiqcha ta'sirlanuvchanlik, egosentrizm kuchayishi, xavfsizlikka ehtiyojning ortishi, kelajakka rejalar tuzish qobiliyatining kamayishi.

Post-travmatik stressli buzilish (PTSB). Hayotga xavf soladigan infeksiyalar (sepsis, meningit, COVID-19 og'ir shakli) o'tkazilgandan keyin

bemorlarning bir qismida PTSB rivojlanishi kuzatilgan. Bu holat o'tgan og'ir tajribani qayta-qayta boshdan kechirish, kabusli tushlar, ogohlanish holati kuchayishi bilan namoyon bo'ladi.

Kasallikka Nisbatan Koping Strategiyalar

Koping — bu stress va qiyin vaziyatga moslashishning ongli usullari majmui. Bemorlarning kasallikka nisbatan qo'llaydigan koping strategiyalari natijasi turlicha bo'ladi:

Konstruktiv (moslashuvchan) koping strategiyalar:

Muammoga yo'naltirilgan koping — kasallik haqida ma'lumot to'plash, davolash jadvaliga rioya qilish

Ijtimoiy yordam izlash — yaqinlar, hamkasblar, yordam guruhlariga murojaat qilish

Ma'noli qayta baholash — kasallikni shaxsiy o'sish yoki hayotni qayta ko'rib chiqish imkoniyati sifatida idrok etish

Destruktiv (nofaol) koping strategiyalar:

Inkor — kasallikni tan olmaslik, davolashni rad etish

Qochish — spirtli ichimliklar, narkotiklar bilan o'zini chalg'itish

Passiv taslim bo'lish — "baribir sog'aymayman" degan pessimistik munosabat

Tadqiqotlar ko'rsatishicha, konstruktiv koping strategiyalarni qo'llagan bemorlar davolashga yaxshiroq muvofiq keladi, immunitet ko'rsatkichlari yaxshiroq bo'ladi va hayot sifati yuqoriroq bo'ladi.

Psixologik Yordamning Tibbiy Ahamiyati

Zamonaviy tadqiqotlar psixologik holatning immunitet tizimiga ta'sirini ishonchli tarzda isbotlagan. Psixoneyroimmunologiya sohasidagi ishlar shuni ko'rsatadiki, surunkali stressda kortizol darajasining oshishi limfotsitlar faolligini pasaytiradi, bu esa infeksiyaga qarshi kurashni qiyinlashtiradi.

Aksincha, ijobiy emotsional holat, ijtimoiy yordam va psixologik usullar bilan ishlash immun tizimini mustahkamlaydi. Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (KXT) yuqumli kasallik bilan og'irgan bemorlarda tashvish va depressiyani kamaytirish, davolashga muvofiqlikni oshirish borasida eng ko'p isbotlangan samaraga ega usul hisoblanadi. Guruh psixoterapiyasi, ayniqsa OITS va surunkali gepatitli bemorlarda, ijtimoiy izolyatsiyani kamaytirish va o'zini qabul qilish darajasini oshirishda yuqori natija ko'rsatadi. Mindfulness asosidagi stressni kamaytirish dasturlari (MBSR) ham ushbu bemorlar guruhida keng qo'llanilmoqda.

5. Tibbiy Xodimlar va Psixologlarning Hamkorligi
Zamonaviy infektologiya bo'limlarida psixolog yoki psixiatrning jamoada bo'lishi zaruriy ehtiyojga aylanmoqda. Kompleks yondashuv quyidagi elementlarni o'z ichiga

oladi:

Dastlabki murojaat paytida bemorning psixologik holatini skrinig-baholash; davolash jarayonida psixologik monitoring; zarur hollarda psixoterapevtik yoki psixofarmakologik aralashuv; bemor va uning oilasiga kasallik hamda psixologik ta'sir haqida tushuntirish; yengillashtiruvchi yordam tizimida psixologik qo'llab-quvvatlash. Infeksion kasallik shifokori va psixologning birgalikdagi ishi nafaqat bemorning hayot sifatini yaxshilaydi, balki davolash muddatini qisqartiradi va reabilitatsiya natijalarini sezilarli darajada ko'taradi.

XULOSA

Yuqumli kasalliklar bilan og'rigan bemorlarning psixoemotsional xususiyatlari murakkab va ko'p qirrali hodisa hisoblanadi. Tashvish, depressiya, ijtimoiy izolyatsiya, stigmatizatsiya va PTSB — bularning barchasi kasallikning biologik kechishiga bevosita ta'sir etuvchi psixologik omillardir.

Biopsixosotsiyal yondashuv bugungi kunda infeksiyon kasalliklarga bo'lgan ilmiy va klinik qarashning asosi bo'lib xizmat qilmoqda. Bemorni faqat infeksiya tashuvchi organizm sifatida emas, balki his-tuyg'ulari, qo'rquvlari, umidlari va ijtimoiy munosabatlar tizimiga ega shaxs sifatida ko'rish zamonaviy tibbiyotning insonparvarlik tamoyilini belgilaydi.

Psixologik yordam infeksiyon kasalliklarni davolashning ajralmas qismi bo'lishi, tibbiy va psixologik xizmatlar integratsiyasi esa amaliy sog'liqni saqlash tizimida keng joriy etilishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Aleksandrovskiy Yu.A. Chegara psixiatrik buzilishlar. — Moskva: Meditsina, 2018. — 496 b.
2. Anan'ev V.A. Psixologiya sog'liq asoslari. — Sankt-Peterburg: Rech, 2016. — 384 b.
3. Bleykher V.M., Kruk I.V. Psixiatriya amaliy qo'llanmasi. — Kiev: Zdorovye, 2015. — 512 b.
4. Engel G.L. Yangi tibbiy model: biomeditsinaga muqobil. — Science, 1977. — 196-b., 129–136.
5. Iosifyan M.A., Nexorosheva I.V. COVID-19 pandemiyasi sharoitida psixologik samaradorlik // Klinik psixologiya va psixiatriya jurnali. — 2021. — №3. — 45–58-b.
6. Kabanov M.M. Psixiatrik reabilitatsiya. — Sankt-Peterburg: Piter, 2014. — 270 b.
7. Kaplan G.I., Sadok B.J. Klinik psixiatriya. — Moskva: GEOTAR-Media, 2020. —

2 jild.

8. Kübler-Ross E. O'lim va o'lim haqida. — New York: Scribner, 1969. — 304 b.

9. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, baholash va koping. — New York: Springer, 1984. — 445 b.

10. Luriya R.A. Ichki kasallikning o'zi haqidagi tasavvuri. — Leningrad: Medgiz, 1977. — 110 b.

11. Mendelevich V.D. Klinik va tibbiy psixologiya. — Moskva: MEDpress-inform, 2019. — 592 b.

12. Nikolayeva V.V. Og'ir somatik kasalliklarning shaxsga ta'siri. — Moskva: MGU, 2017. — 167 b.