



SOMATIK KASALLIKLAR PAYDO BO'LISHI VA INSON ONGIGA TA'SIRI

Ro'ziyeva Umida Xushmurod qizi¹,
Toshmamatova Sanobar Sobir qizi²

Termiz Davlat Universiteti Ijtimoiy fanlar fakulteti Amaliy psixologiya
ta'lim yo'nalishi 3-bosqich talabalari

<https://www.doi.org/10.37547/ejsspc-v03-i02-p2-42>

ARTICLE INFO

Received: 06th February 2023

Accepted: 16th February 2023

Online: 17th February 2023

KEY WORDS

"Somatik, inson psixikasi, og'riq, zaiflik, psixoterapiya, ong, somatopsixik, tana, stress, fiziologik, idrok.

ABSTRACT

Psixosomatik kasalliklarning paydo bo'lishi bevosita o'z his-tuyg'ularini va istaklarini bostirish bilan bog'liq, ya'ni. ularni ifodalash kerak, lekin bu yerda ham qabul qilib bo'lmaydigan yoki tajovuzkor istaklar haqida gap ketganda, haddan tashqari borish mumkin. Bularning barchasini qanday bog'lash va o'zingizni boshqarishni o'rganish kerak - buning uchun psixoterapiya va psixoanaliz mavjud. Ma'lumki, har bir hissiyot organizm fiziologiyasida ma'lum siljishlar bilan birga keladi. Misol uchun, qo'rquv yurak tezligining sekinlashishi yoki ortishi bilan birga keladi. Ya'ni, agar stressli vaziyatlar, salbiy tajribalar uzoq vaqt davom etsa, u holda tanadagi fiziologik o'zgarishlar ham barqaror bo'ladi. Psixosomatik kasalliklarning paydo bo'lishida o'z ichidagi his-tuyg'ularni saqlab qolish muhim rol o'ynaydi. Bu mushaklarda kuchlanish paydo bo'lishiga va fiziologik jarayonlarning erkin, tabiiy oqimining buzilishiga yordam beradi.

Mavzuning dolzarbligi: Psixika va tana o'rtasidagi munosabatlar fanning asosiy muammosi bo'lib, uning markazida insonning biopsixosostial tabiati masalasi yotadi. Psixosomatik nazariyaning ko'p qismi so'roq ostida va ishonchli dalillar manbai yo'q. Tibbiyotning katta bir yuksalishi bo'lib, keyingi rivojlanishi uchun strategik ahamiyatga egadir va u ruhiy omillarning somatik kasalliklarning paydo bo'lishi va kechishiga ta'sirini anglash bilan bog'liq tibbiy muammolar majmuasini aks ettiradi.

Tadqiqotlardan maqsad: Tadqiqotlardan maqsadimiz, somatik kasalliklarga chalingan bemorlarda kasallikning kelib chiqishini va kasallik oqibatida inson ongidagi o'zgarishlarni hamda bu kasallikni oldini olish va davolash chora tadbirlarini o'rganishdan iborat.

Material va tekshiruv usullari: O'rta asrlarda musulmon tabibi [Abu Zayd al-Balxiy](#) kasalliklarning rivojlanishida biologik va psixologik omillarning o'zaro ta'siri nazariyasini yaratdi. "Psixosomatika" atamasi birinchi bo'lib 1818-yilda nemis shifokori Iogann-Kristian Geynrot tomonidan kiritilgan. 1822-yilda Nemis psixiatri Karl Yakobi "somatopsixik" tushunchasini kiritdi, bu "psixosomatik" munosabatga qarama-qarshi va ayni paytda to'ldiruvchidir. Biroq, faqat bir asr o'tgach, bu atama asosan [psixoanalitik](#) psixologlar



tufayli tibbiy amaliyotda umumiy qabul qilindi; bu davrda psixosomatik terapiya ba'zan "tibbiyotda amaliy psixoanaliz" deb ataladi.

Psixosomatika (psyche - jon va soma - tana) - tibbiyot (psixosomatik tibbiyot) va psixologiyaning somatik (tana) kasalliklarining paydo bo'lishi va kechishiga psixologik omillarning ta'sirini o'rganadigan yo'nalish. Biz psixosomatik munosabatlarimizni to'liq tan olamiz. Misol uchun, agar tomog'ingiz og'riyapti, demak, siz haqiqatan ham xohlaganingizda biror narsani ifoda etmagansiz; boshim og'riyapti - yomon fikrlar boshimga ko'tarildi, tizzam og'riyapti - men qiyin muammolarni o'z zimmasiga oldim.. Alomatlarining aniq ro'yxatini tuzish qiyin bo'lar edi, chunki har kimning o'z kasal va sog'lom joylari bor, ammo bor. kartografik yondashuv qabul qilingan psixoterapevtik yondashuvlar, ya'ni tananing o'ziga xos qismlari va kasalliklari ma'lum shaxs muammolari bilan bog'liq. Bunday taqqoslashlar haqida tobora ko'proq taxminlar mavjud va bunday bayonotlarning ishonchliligi haqidagi savol ko'pincha paydo bo'ladi, ammo olimlar bir ovozdan ba'zi kasalliklarning paydo bo'lishining psixologik asoslarini tan olishadi. Ushbu kasalliklar psixosomatik deb ataladi. Umuman olganda, psixosomatizatsiya paydo bo'lish mexanizmi quyidagicha ifodalanishi mumkin: ruhiy stress omili qon tomir tizimi va ichki organlarda keyingi o'zgarishlar bilan neyroendokrin va avtonom asab tizimini faollashtiradigan affektiv kuchlanishni keltirib chiqaradi. Dastlab, bu o'zgarishlar funksional xususiyatga ega, ammo uzoq va tez-tez takrorlash bilan ular organik, qaytarilmas holga kelishi mumkin.

Tibbiyot rivojlanishining hozirgi bosqichida inson fiziologik tizimining asosiy psixosomatik buzilishlarini (kasalliklarini) ko'rib chiqaylik. Bizning tanamiz, hatto o'zimizdan ham ehtiyotkorlik bilan yashiradigan hamma narsani aks ettiradi. Ammo ertami-kechmi to'plangan muammolar o'zini his qiladi, turli kasalliklar ko'rinishida namoyon bo'ladi. "Miya yig'laydi, ko'z yoshlari - yurakda, jigarda, oshqozonda ..." - deb yozgan mashhur rus olimi, shifokor va psixolog Aleksandr Luriya. Gipertenziya, oshqozon yarasi, ishemik va boshqalar shunday rivojlanadi. Zigmund Freyd shunday deb yozgan edi: "Agar biz muammoni eshikdan haydab chiqarsak, u simptom ko'rinishida derazadan ko'tariladi".

Shveysariyalik psixosomatika mutaxassisi *Diter Bekning* ta'kidlashicha, jismoniy kasalliklar ko'pincha ruhiy jarohatlarni davolash, ruhiy yo'qotishlarni qoplash va ongsizda yashiringan nizolarni hal qilishga urinishdir. Kasallik boshi berk ko'cha emas, balki qiyin vaziyatdan chiqish yo'lini izlash, insonning gohida muvaffaqiyatli, gohida muvaffaqiyatsizlikka uchragan, boshiga tushgan mashaqqatlarga dosh berishga harakat qiladigan ijodiy jarayondir. Bekning fikricha, shifokorlar tibbiyotning qudratliligiga ishongan holda, ko'pincha ko'r-ko'rona va tanqidsiz harakat qilishadi, bemorga yordam bermaydi, balki zarar keltiradigan davolanishni buyuradilar. Ammo bemorlar davolanishning muvaffaqiyatiga ishonmasalar ham, shifokorga borishadi. Ko'rinib turibdiki, ularning tibbiyot muassasalariga borishlaridan boshqa maqsad ham bor. Shifokorga muntazam tashrif buyurish, masalan, tabletkalarni qabul qilish, kasallikdan emas, balki ohangdorlikdan, zerikishdan, depressiyadan himoya qiluvchi marosimga aylanadi.

Sog'lig'imiz haqida qayg'urish inson tabiatidir: nomukammal tahlil qilish, tanada tushunarsiz og'riqlar yoki tashxis qo'yish - bularning barchasi bizni sog'lig'imiz uchun qo'rquvga va alomatlarga e'tibor berishga majbur qiladi. Odamlar o'zlarining his-tuyg'ularini tinglashadi va ularni qanchalik ko'p kuzatsalar, o'zlarini namoyon qiladilar. Odamga uning



alomat o'sib borayotgandek, u faqat yomonlashayotgandek tuyuladi. Agar bu alomat salomatlikka katta ta'sir ko'rsatishi mumkinligi haqidagi fikrlar bilan birlashtirilsa, odam u bilan sodir bo'lgan hamma narsani halokatga olib keladi.

Xulosa: Xulosa qilib aytganimizda, o'z tanasini yaxshi, tashvishsiz tushunish va o'z his-tuyg'ularini bilish psixosomatoz xavfini sezilarli darajada kamaytiradi. Doimiy og'riqni boshdan kechiradigan jiddiy kasalliklarga chalingan odamlar uchun ham ularning his-tuyg'ularini va tanadagi jarayonlarini tushunish kasallikning borishini sezilarli darajada osonlashtiradi. O'zlarining his-tuyg'ulari va his-tuyg'ulariga nisbatan sezgirligi yaxshi rivojlangan odamlar, ular bilan sodir bo'layotgan narsalarni qabul qilishni osonlashtiradi, ya'ni ular kasallik bilan kurashishi osonroq kechadi.

References:

1. Z.Ibodullayev. Tibbiyot psixologiyasi Toshkent 2008. Darslik
2. Nemov R.S.: Psixologiya: talabalar uchun darslik. yuqoriroq. ped. muassasalar: 3 kn. - 4-nashr.-M.: gumanist. ed. markaz VLADOS, 2001.
3. Umumiy psixologiya: Talabalar uchun darslik. in-tov // Ed. A. V. Petrovskiy. - 3-nashr, Qayta ko'rib chiqilgan. va qo'shimcha - M.: Ta'lim.
4. E.Goziyev umumiy psixologiya Psixologiya mutaxassisligi uchun o'quv qo'llanma II -kitob
5. <https://www.psychiatry.org/patients-families/somatic-symptom-disorder/what-is-somatic-symptom-disorder>
6. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/17976-somatic-symptom-disorder-in-adults>
7. https://library.samdu.uz/files/34e0512d67ed51ea7ddb77e398854cf9_TIBBIYOT%20%20PSIXOLOGIYASI.pdf