

ONKOLOGIK KASALLIKLARDA AYOLLAR PSIXOLOGIYASI

Ulugbekova Zilola Ulug`bekovna

Toshkent tibbiyot akademiyasi o'qituvchisi

Isaqova Shirina Sodiqjon qizi

Toshkent tibbiyot akademiyasi talabasi

Anatotsiya

Onkologik kasalliklar natijasida kelib chiqadigan ruhiy emotsional holatlar ularni oldini olish va psixologik treninglar o'tqazish. Ayollardagi onkologik kasalliklarda ularga psixologik yordam ko'rsatish.

Anatolia

Prevention of mental and emotional states caused by oncological diseases and conducting psychological training. Providing psychological support to women with oncological diseases.

Анатотия

Профилактика психических и эмоциональных состояний, вызванных онкологическими заболеваниями и проведение психологических тренингов. Оказание психологической поддержки женщинам с онкологическими заболеваниями

Onkologik kasalliklarda bemorlar psixologiyasi alohida e'tiborni talab qiladi. Ayniqsa, o'zida „rak“ tashxisini eshitgan zahoti bemor ruhiyati qattiq zarbaga uchraydi. Shuning uchun ham onkologik kasalliklar bilan chalingan bemorlar kasalligi haqida iloji boricha sir tutilishga harakat qilinadi. Shunday bo'lishga qaramasdan, hozirgi zamon texnologiyalari sabab bemorlardan o'z kasalligini yashirish juda ham qiyin bo'lmoqda. Aksariyat bemorlar ularga qilinayotgan nur terapiyasi, kimyoterapiya yoki o'rta tibbiyot xodimlari orqali kasalliklaridan boxabar bo'lmoqdalar. Buning natijasida bemorlardan turli xil psixologik reaksiyalarni kutish mumkun. Misol uchun: o'z joniga qasd qilish, kuchli depressiya, agressiv holatlar, g'azablanish va ishonchsizlik, shifokorga tashlanish holatlari ham, afsuski hozirgi kunda kuzatib kelinmoqda. Ammo shunday bemorlar borki, o'z kasalligini bilgandan so'ng tushkunlikka tushmasdan, o'zini qo'lga olgan holatda yanada kuchli va matonatli bo'ladi, oila a'zolari orasida yanada ko'proq vaqt o'tqazishga intiladi. Onkologiya- tibbiyotning yuqori texnologik bo'limi. Saraton bilan kasallangan bemorlar uchun yuqori darajadagi tibbiy yordam ko'rsatadigon mamlakatlar: Germaniya, Shversariya, Isroil, Amerika Qo'shma Shtatlar va boshqalar. Onkologik xastalik – bu tanadagi ichki to'qimalardan o'sadigon yomon sifatli o'sma. Kasallikning bunday nomlanishiga sabab 90% holatlarida bemorlarda yomon sifatli o'smalar qisqichbaqa qisqichiga o'xshaydi. Rivojlangan mamlakatlarda barcha o'limlarning 15-20% saraton kasalligidan kelib chiqadi. Kimyoviy omillar- kantserogenlar Biologik omillar- ayrim xavfli viruslar Ularning barchasi dastlab DNK tuzlishini patalogiyasiga olib keladi, natijada onkogen faollashadi va hujayralar abadiy hayotga erishadi. Buning oqibatida hujayralar nobud bo'lmasdan juda katta miqdorda ko'payishni boshlaydi va o'smani hosil qiladi.

95% hollarda saraton yomon atof-muhit va hayot tarzining yomonligidan, yomonlashuvidan kelib chiqmoqda. Afsuski, hali bu kasallikning to'la qonli davosi topilmagan. Haligacha bu kasallik davosi tibbiyot hodimlari uchun sir bo'lib kelmoqda

95% hollarda saraton yomon atof-muhit va hayot tarzining yomonligidan, yomonlashuvidan kelib chiqmoqda. Afsuski, hali bu kasallikning to'la qonli davosi topilmagan. Haligacha bu kasallik davosi tibbiyot hodimlari uchun sir bo'lib kelmoqda. Shuni ta'kidlash kerakki eng yuqori foiz noto'g'ri ovqatlanish, ayniqsa ovqat ratsionida fast food taomlarni ko'p iste'mol qiladigon insonlarda, ortiqcha vazn holatlarida ham kuzatilmoqda. Hozirda ko'plab rivojlangan mamlakatlarda bemorlarni davolashda 3 zanjirli bosqichdan foydalanishmoqda. Ya'ni shifokor-bemor-psixolog. Shifokor va psixolog birgalikda, hamkorlikda bemorni davolash uchun harakat qilishadi. Bu esa bemor uchun ham ruhiy, ham terapevtik yordamning paydo bo'lishiga va iloji boricha tezroq, yaxshiroq natija bilan tuzalishiga yordam berib kelmoqda. Onkologik bemorlarni davolashda ham psixologik xizmat ko'rsatish o'ta muhim jarayon shuningdek davolashning bir qismi desak ham bo'ladi. Chunki o'zida bunday kasallik borligini bilgan har qanday inson o'zini qanchalar yaxshi tutmasin va qanchalar yomon tutsa ham ularga, albatta, psixolog yordami zarur bo'ladi. Bunday bemorlar psixologlar turli usullarda ishlashga harakat qilishadi. Ayniqsa ularning ruhiy holati va kasallik darajasiga ko'ra. Bemorlarni davolashda psixolog yordami zarur deyishimiz bo'zi, shuki bemorning o'ziga va hayotga bo'lgan ishonchi bo'lmasa uni eng yaxshi dorilar bilan ham davolab bo'lmaydi. Umid va ishonch bu kasallikning eng dastlabki davolovchi vositasidir. Onkologik shifoxonalarda psixologik yordam faqat suhbatdan iborat bo'libgina qolmasdan, bemor fikrini chalg'ituvchi barcha imkoniyatlardan foydalanish zarur.

Turli xil tadbirlar o'tqazib turish ham psixologik taranglikni kamaytiradi. Bir qancha bemorlarni yiqqan holda psixologik suhbatlar o'tqazish, mashhur vrachlar va tibbiy psixologlar bilan uchrashuvlar tashkil qilish ham foydali. Nafaqat bemorning o'ziga, balkim oila a'zolariga ham psixologik yordam ko'rsatishga to'g'ri keladi. Hozirgi kunda ayollarda onkologik hastaliklar ko'plab uchramoqda. Buning boisi nima? Ayollar o'ziga nisbatan befarqligi, sog'lig'iga e'tibor qaratmasligi natijasida ularda onkologik kasalliklar avj olmoqda. Ayollarni himoya qilish solig'ini ta'minlash maqsadida psixologik ko'maklar ham tashkil qilinmoqda. Bunday treninglar natijasida ayollarni tushkunlik girdobidan, ishonchsizlik va umidsizlik tuyg'ularidan olib chiqishga harakat qilishmoqda. Shuni takidlash joizki ayollarda asosan hozirgi kunda ko'krak saratoni keng tarqalmoqda. Buning asosiy sabablari tug'ruqdan keyingi depressiya, siqilish, tushkunlik, ichki emotsional holatning buzilishi, ichki norozilik, alkogol mahsulotlar iste'mol qilish, chekish, ovqat ratsioning buzilishi, kun davomidagi agressiya kabi holatlar sabab bo'lmoqda. Bunday ruhiy va ma'naviy travmalar inson organizmida kasalliklarning paydo bo'lishiga sabab bo'lmoqda. Onkologik kasalliklarda reaktiv holatlar, birinchi navbatda, havotirli-depressiya sindromi rivojlanishi bilan namoyon bo'ladi. Shuningdek ipoxondriya, isteriya, insomniya, agressiv holatlar yuzaga kelishi yoki aksincha bemorda o'z kasalligiga nisbatan butunlay befarqlik ham paydo bo'lishi mumkin. Buning natijasida ularda apato-abulik sindromi rivojlanishi mumkin. Agar operatsiya yoki boshqa davolash muolajalari muvaffaqiyatli o'tsa, reaktiv nevroz va psixo'z belgilari o'z-o'zidan kamaya boshlaydi.

Chet davlatlarda Onkologiya despanserlarida psixologlar onkologik kasalliklar bilan chalingan ayollar bilan ko'rishib ular bilan quyidagi trening mashg'ulotini o'tqazishgan edi: Har bir bemor ayollardan yumoloq qilib terilgan stullarga o'tirishni so'rashibdi. So'ng ko'zlarini yumib, o'z qo'quvlari haqida aytib berishlarini kerakligini tushuntrishibdi. Shunda J. ismli bir ayol o'rnidan turib shunday so'zlarni aytgan ekan: „Unutilish. Ha men aqil bovar qilmas hayot kechirishni istayman, meni tushunishsin. Shuning uchun ham eng katta qo'rquvim bunga erisholmaslik” deya javob beribdi. Shunda psixologlar birortangiz shu mavzuda gapirishni istaysizmi? deb yana savol yo'llashibdi, shunda K. ismli qiz shunde javob beribdi: „Shuni aytmoqchimanki vaqti kelib biz hammamiz o'lamiz. Hayot odamlardan oldin ham bo'lgan, keyin ham bo'ladi. Bu ertaga bo'lishi ham, million yildan keyin bo'lishi ham mumkin. Hech kim

Klapatra, Muhammad ali yoki Mortset haqida eslamaydi. Biz haqimizdaku, asti gapirmang. O'lgandan keyin unutilish mumuqarrar. Men bu qo'rquvga e'tibor bermaslikni maslahat beraman, hamma shunday qiladi" deya javob bergan ekan. Bunday treningning maqsadi ularning ichki olamida ro'y berayotgan o'zgarishlar va azoblarni yuzaga chiqarish edi. Shu orqali ularni biroz bo'lsada yengillashtirish bo'lgan. Germaniya psixologlari miya saratoni bilan chalingan bemor ayol bilan 5 yil davomida individual ravishda trening olib borgan ekan. Trening davomida ayolga tasavvur qiling sizning miyangizdagi saratoni olma deb tasavvur qilin, uni har kuni kechqurun ajdarxo kelib bir tishlamdan yeb ketadi, deb ayolga bu tasavvurni singdirishga muvoffaq bo'lgan ekan. So'ng ayol har kun uxlashdan oldin shu narsani hayolida jonlantirib tasavvur qila boshlabdi, shu tariq bemor miyasidagi saraton butunlay yo'qolgani tekshiruvlarda aniqlanibdi. Psixologning 5 yillik harakati va ayolning sabr va matonati bilan germaniyalik psixologlar shunday natijaga erishgan ekan. Aytmoqchimanki, inson ruhiyati juda ham katta narsani kasb etadi. Har qanday vaziyatda o'zini qo'lga olib, yashash uchun kurashgan inson hayotda qoladi. Xuddi bu, tabiiy tanlanishga o'xshaydi, yaroqlilar yashab qoladi, yaroqsizlar esa o'ladi. Hayotda yashab qolish esa faqtama faqat o'zingizga bog'liq

Foydalangan adabiyotlar

1. Zafirboy Ibodullayev: „ Tibbiyot psixologiyasi” Toshkent-2019
2. Нарметова, Ю. (2015). Социально-психологический механизм организации психологических услуг в медицинских учреждениях (на примере больных с онкологическими заболеваниями). Школа будущего.
3. Нарметова, Ю. К. (2016, July). Особенности психокоррекционной работы с беременными женщинами. In Контактная информация организационного комитета конференции (p. 35).
4. Нарметова, Ю. (2014). Кўзи ожиз ва заиф кўрувчи болалар психологик хусусиятларининг ўзига хослиги.
5. Karimovna, N. Y. (2022). AUTISM AND THE IMPORTANCE OF COMMUNICATION WITH PATIENTS OF THIS DISEASE. *Gospodarka i Innowacje.*, 23, 8-10.
6. Нарметова, Ю. (2016). Тиббиёт муассасаларида психологик диагностика ишларини ташкил этишга тизимли ёндашув. *Scienceweb academic papers collection.*
7. Нарметова, Ю. (2015). Изучение социально-психологических подходов к проблемам здоровья и болезни. In *От истоков к современности* (pp. 304-306).
8. Нарметова, Ю. К., & Махкамова, Н. М. Қ. (2022). ҲОМИЛАДОР АЁЛЛАРДА СОМАТИК ВА ПСИХОСОМАТИК КАСАЛЛИКЛАРИНИ ПСИХОПРОФИЛАКТИКАСИ. *Central Asian Academic Journal of Scientific Research*, 2(5), 346-350.
9. Нарметова, Ю. (2014). Тиббиёт психологиясида психосоматик касалликлар муаммоси. ЎЗМУ хабарлари.
10. Нарметова, Ю. (2015). Психосоматик беморларда эмоционал холат бузилишлари ва уларга психологик ёрдам кўрсатишнинг ўзига хослиги. ЎЗМУ хабарлари.
11. Ulugbekovna, M. Z. (2022). Form and Methods of Forming Communicative Competence in Youth. *Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture*, 3(10), 71-74.
12. Ulug'bekovna, M. Z. (2022). BO 'LAJAK O 'QITUVCHILARDA KOMMUNIKATIV KOMPETENTLILIKNI SHAKLLANTIRISH ASPEKTLARI. O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 1(11), 215-218.

13. Ахмедова, М. Т., & Мусратова, З. У. (2021). Олий таълим муассасаларида устоз-шогирд муносабатларининг стратегик қоидалари ва вазифалари. In interdisciplinary conference of young scholars in social sciences (pp. 326-329).
14. Baxtiyarovna, S. D. (2022). TIBBIYOT XODIMLARINING KASBIY PSIXOLOGIK TAYYORGARLIGI. Scientific Impulse, 1(3), 444-448.
15. Baxtiyarovna, S. D. (2022). BEMORDAGI NEVROTIK HOLATLARDA PSIXOLOGIK YONDOSHUVNING ZARURATI. Scientific Impulse, 1(3), 373-376.