

## **PSIXOSOMATIK KASALLIKLAR**

*Zarina Murodullayeva*

*Samarqand davlat universiteti talabasi*

*O`ralxon Luxmonov*

*Samarqand davlat universiteti talabasi*

**ANNOTATSIYA:** *Mazkur maqolada psixosomatik kasalliklarni vujudga kelishi, uning oldini olish chora-tadbirlari, olimlarning fikr va munosabatlari haqida keltirilgan. Psixosomatik kasalliklarining oqibatlarini haqida keng tushuncha berilgan.*

**Kalit so`zlar:** *Psixosomatika, psixika, psixologik omillar, psixogen omillar, kasalliklarining paydo bo'lishi, kechishi.*

**Psixosomatika** (qadimgi yunoncha:  $\psi\upsilon\chi\eta$  - ruh va  $\sigma\omega\mu\alpha$  - tana), **psixosomatik tibbiyot** - tibbiy psixologiyadagi psixologik omillarning somatik (tana) kasalliklarining paydo bo'lishi, kechishi, natijalariga ta'sirini o'rganadigan yo'nalish ; psixosomatik muammoni intizomiy tadqiqotlar sohasi - psixika va tananing o'zaro ta'sirini o'rganishga qaratilgan tadqiqotlar.

Psixosomatikani fan sifatida o'rganish predmeti kasalliklarning paydo bo'lishi va kechishining psixologik omillaridir. Psixosomatik tibbiyot vakillarining fikriga ko'ra, 21-asrda kasalliklarning taxminan yarmi psixogen xarakterga ega. Ruhiy omillar nafaqat ayrim kasalliklarni qo'zg'atadi, balki ko'plab kasalliklarning kechishiga ham ta'sir qiladi va keltirib chiqaradi xam.

Jamiyatda insonning barcha kasalliklari insonning ruhida, fikrlarida yuzaga keladigan psixologik buzilishlar tufayli paydo bo'ladi, degan keng tarqalgan noto'g'ri fikr mavjud. Psixogen omillar ta'sirida yuzaga keladigan somatik kasalliklar " psixosomatik kasalliklar " deb ataladi.

Somatik kasalliklarning psixikaga ta'siri ham o'rganilmoqda<sup>[1]</sup>. Psixosomatik kasalliklar ostida dalillarga asoslangan tibbiyot mutaxassislari s.ss fonida paydo bo'lgan yoki kuchaygan kasalliklarni anglatadi.

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.

Xususan, Zigmund Freyd, Jozef Breyer bilan birgalikda, bostirilgan his-tuyg'ular va ruhiy travma, "konversiya" deb nomlangan himoya mexanizmi orqali o'zini somatik alomatlar shaklida namoyon qilishi mumkinligini ta'kidlab o'tdi. Freyd ta'kidlaganidek, buning uchun "somatik tayyorgarlik" - "kasallik o'zini namoyon qiladigan organni tanlash" uchun muhim bo'lgan jismoniy omil talab qilinadi.

Хелен Дойч<sup>(ingl.)</sup> o'zb., 40-yillarda Qo'shma Shtatlarga hijrat qilgan Xelen Dunbar va Frans Aleksandr psixoanalitiklar, psixosomatik muammolarni o'rganishga e'tibor qaratdi. 1950-yillarning oxiriga kelib, Amerika ilmiy adabiyotlarida psixologlar nuqtai nazaridan somatik tibbiyot haqida 5000 ga yaqin maqolalar nashr etildi. Bu sohada Alfred Adler va Leopold Szondi kabi taniqli tahlilchilar ham ishlagan. Rossiyada I.P.Pavlov maktabi olimlari eksperimental nevroz usulini ishlab chiqish munosabati bilan shu yo'nalishda ishladilar

**Psixosomatik muammo** 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.

Psixosomatik muammo, 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

Psixosomatik kasalliklar jismoniy tabiatning alomatlarini ko'rsatadi, ularning kelib chiqishi hech bo'lmaganda qisman ruhiy holat bilan bog'liq. Shuning uchun ular psixologik keskinlikning tana ifodasi sifatida namoyon bo'ladi. Freyd aytganidek, "psixik keyin organiklikka sakrab chiqadi".

Og'riqlar, falajlar, kramplar, spazmlar, konvulsiv tutilishlar ..., psixosomatik kasalliklar a'zoga ta'sir qiladigan va sabablari asosan hissiy bo'lgan jismoniy alomatlar bilan yuzaga keladi. Ushbu psixologik sabablar shafqatsiz bo'lishi mumkin (o'lim, ajralish, ajralish, baxtsiz hodisa, ishni yo'qotish va h.k.), bizning tabiiy himoyamiz to'satdan tushib ketishi va kasallikka olib kelishi mumkin. Lekin nafaqat.

"Kasallikka olib kelishi mumkin bo'lgan tabiiy himoyaning pasayishi nafaqat travma natijasidir", deydi Mariya Xeynar. Bu doimiy ravishda yuqori darajadagi tashvishli yoki depressiv holatlarga ega bo'lgan yoki uzoq vaqt davomida ma'naviy tanglik, stress va zo'riqish sharoitida yashaydigan odamlarda paydo bo'lishi mumkin. Ushbu shartlar uzoq davom etganda, charchagan psixik apparatlar muvozanatni saqlashni va psixik rejimda yoki somatik rejimda dekompensatsiya qilishni to'xtatishi mumkin".

Psixosomatik kasalliklar haqiqatda mavjud. Shifokorlar psixik og'irlik qandli diabet, bronxial astma va yana qator kasalliklarni keltirib chiqarishi mumkin, deb hisoblashadi. Ular davolash muolajalari bilan bir qatorda psixoterapiya, trankvilizatorlar va antidepressantlarni tavsiya qilishadi.

Odam o'ziga o'zi kasallikni "to'qib chiqarsa" ham, bu psixosomatikaga taalluqli bo'ladi. Ba'zan bu haqiqiy kasallikka olib keladi. Nevropatolog Syuzan O'Sullivan o'zining kitobida bir bemor boshida shishni aniqlab, bu saraton ekanligiga qaror qilgan holatini tasvirlaydi. Shundan so'ng uning o'ng qo'li va oyog'i falaj bo'ladi - erkak o'ng yarim shar tananing chap tomoni uchun mas'ul ekanini bilmagan.

Ba'zi kishilarda alohida belgilar muayyan hissiyotlarga yoki ma'lum bir vaziyatlarga reaksiya sifatida yuzaga keladi. Masalan, eri tashlab ketmoqchi bo'lgan ayolda ko'pincha havo yetishmasligi kuzatiladi. Har safar ayriliq mavzusi ko'tarilganida uning ahvoli yomonlasha boshlaydi. Bu simulyatsiya emas, ayol haqiqatda havo yetishmasligini his qilmoqda. Biroq jismoniy jihatdan u soppa-sog'.

Qolgan barcha kasalliklarda asosiy sababni ruhiy holatdan emas, fiziologiyadan qidirish mumkin. Psixosomatik qizamiq yo psixosomatik tripper bo'lmaydi. Hech qachon suvchechak chiqmagan odam kasallangan kishi bilan muloqot qilganda uni yuqtirib olishi hech gap emas va bunda uning hatto Yer yuzidagi eng baxtli yoki o'z hayotidan mamnun kishi ekanligi hech qanday yordam bera olmaydi.

Psixologlar Cheek va Lecorn 1968-yilda psixosomatik kasallikning mumkin bo'lgan sabablarining quyidagi ro'yxatini taklif qilishdi:

1. **Konflikt** - shaxsning turli qismlari o'rtasidagi ichki ziddiyat psixosomatik simptomning shakllanishiga olib kelishini mumkin.
2. **Tana tili xabari** - Alomat hal etilmagan psixologik muammo haqidagi metaforik xabardir (masalan: "Men buni hazm qila olmayman").
3. **Kasallikdan foyda olish - bu toifaga o'z egasiga yoki unga yaqin kishiga qandaydir shartli foyda keltiradigan sog'liq muammolari kiradi.**
4. **Yara** - kasallikning sababi tro'tmishdagi travmatik tajriba (xiyonat, rad etish, tashlab ketish, tahqirlash, adolatsizlik) bo'lishi mumkin.
5. **Identifikatsiya** - jismoniy alomat shaxsga o'xshash bo'lishni xohlaydigan shaxs (qahramon, ota-ona, murabbiy) bilan identifikatsiya qilish natijasida shakllanishi mumkin (lekin ba'zida aksincha, ongli darajada o'xshash bo'lishni istamaslik kuchli.). Ko'pincha bu odam allaqachon vafot etgan va keyin u bilan identifikatsiya qilish bu raqam bilan munosabatlarni saqlab qolishga imkon beradi.
6. **O'z -o'zini jazolash** - ba'zi hollarda psixosomatik simptom haqiqiy yoki xayoliy ayb uchun ongsiz ravishda o'zini o'zi jazolash rolini o'ynaydi. Bundan tashqari, ongsiz ravishda boshqa odamni azob-uqubatlari bilan jazolashga urinish, uni aybdor his qilishiga olib kelishi mumkin.
7. **Taklif** - Alomatlar obro'li shaxs (masalan, ota-ona, doktor, professor) tomonidan salbiy e'tiqod taklifi bilan qo'zg'alishi mumkin.

2005-yilda psixolog Dransart quyidagi mumkin bo'lgan sabablarni ham qo'shdi :

1. **Norozilik** - alomat biror narsa yoki kimgadir rozi bo'lishdan bosh tortishni bildiradi.
2. **Bostirilgan tuyg'u** (qo'rquv, qayg'u, g'azab).
3. **Amalga oshirilmagan istak** yoki inson o'z qadri muvofiq yashay olmaydigan vaziyat.
4. **Xavfsiz bog'lanish** hissi yo'qligi.
5. Haqiqiy yoki xayoliy xavfdan **psixologik himoya**.
6. Psixosomatik kasalliklarni davolash-psixoterapiya hisoblanadi.
7. Gipnoz, " ijobiy fikrlash ", " istak marafoni " va shunga o'xshash usullar psixosomatik kasalliklar uchun davo hisoblanmaydi.

### **Xulosa**

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, hamma kasalliklar asab tizimi, asabiylashish oqibatida yuzaga keladigan bo'lsa, biz buni oldini olish uchun asabiylashish jarayonida yuzaga keladigan asabbuzarchilikka e'tibor qilmaslik kerak.

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR**

1. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi
2. Tangirova M " Aholining turli qatlamlari bilan ijtimoiy ish
3. Tagiyeva "Yoshlar sotsiologiyasi"
4. Google internet sayti