

BOSH MIYA SHIKASTLANISHLARIDA REABILITATSIYA

Avazniyazova Gulandom Abdurasulovna

O'zbekiston Davlat Jismoniy Tarbiya va Sport Universiteti

Tibbiy - biologik fanlar kafedrasida o'qituvchisi

Avazniyazovagulandom@gmail.com

Annotatsiya: Bosh miya shikastlanishlari, asosan, turli xil jarohatlar, insultlar, yoki boshqa patologiyalar natijasida yuzaga keladigan holatlardir. Bunday shikastlanishlar insonning hayot sifatiga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Reabilitatsiya jarayoni esa shikastlangan insonlarga qayta tiklanish, funksiyalarni tiklash va hayot sifatini yaxshilashda muhim rol o'ynaydi.

Kalit so'zlar: bosh miya shikastlanishi, muvozanat, nutq terapiyasi, reabilitatsiya dasturlari, nutq terapiyasi, bemor, ergoterapiya, jismoniy terapiya.

Bosh miya shikastlanishlarining sabablari turlicha bo'lishi mumkin. Ular orasida avtohalokatlar, sport jarohatlari, tushish, urish, insult va boshqa tibbiy holatlar mavjud. Shikastlanish darajasi va turi, bemorning yoshi, umumiy salomatligi va boshqa omillar reabilitatsiya jarayonining muvaffaqiyatiga ta'sir qiladi. Har bir bemor individual yondashuvni talab qiladi va reabilitatsiya dasturi shaxsiy ehtiyojlarga mos ravishda tuzilishi kerak. Reabilitatsiya jarayoni bir necha bosqichlardan iborat bo'lishi mumkin. Birinchi bosqichda bemor shifokorlar va reabilitatsiya mutaxassislari tomonidan baholanadi. Bu baholash jarayonida bemorning jismoniy va ruhiy holati, kognitiv qobiliyatlari, muvozanat va harakat qobiliyatlari ko'rib chiqiladi. Ushbu baholash natijalariga asoslanib, reabilitatsiya dasturi ishlab chiqiladi. Reabilitatsiya jarayonida jismoniy terapiya, ergoterapiya, nutq terapiyasi va psixologik yordam kabi turli xil usullar qo'llaniladi. Jismoniy terapiya bemorning harakat qobiliyatlarini tiklashga yordam beradi. Bu jarayon davomida bemor turli xil mashqlarni bajaradi, bu esa mushak kuchini oshirish va muvozanatni yaxshilashga yordam beradi. Ergoterapiya esa bemorning kundalik hayotdagi faoliyatlarini tiklashga qaratilgan. Bu jarayonda bemor oddiy vazifalarni bajara olish imkoniyatini qayta tiklashga harakat qiladi. Nutq terapiyasi, bosh miya shikastlanishidan so'ng nutq va til qobiliyatlarini tiklashga yordam beradi. Bu jarayon davomida mutaxassislar bemorga nutqni qayta tiklash, so'z boyligini oshirish va kommunikatsiya qobiliyatlarini yaxshilashda yordam beradi. Psixologik yordam esa bemorning ruhiy holatini yaxshilashga qaratilgan. Bosh miya shikastlanishidan so'ng bemorlar ko'pincha depressiya, tashvish yoki boshqa ruhiy muammolar bilan yuzlashishi mumkin.[1]

Psixologlar va psixiatrlarga murojaat qilish, bemorning ruhiy salomatligini tiklashda muhim ahamiyatga ega. Reabilitatsiya jarayoni davomida bemorning

yaqinlari ham muhim rol o'ynaydi. Ular bemorga qo'llab-quvvatlash, motivatsiya berish va rehabilitatsiya jarayonida ishtirok etishlari kerak. Oila a'zolari bemorning ruhiy holatini yaxshilashda, uning ijtimoiy faoliyatini tiklashda va kundalik hayotda yordam berishda muhim ahamiyatga ega. Rehabilitatsiya jarayoni davomida sabr-toqat va qat'iyatlilik juda muhimdir. Har bir bemor uchun rehabilitatsiya jarayoni individualdir va har bir insonning tiklanish jarayoni turlicha kechadi. Ba'zi bemorlar tezda tiklanishlari mumkin, boshqalari esa ko'proq vaqt talab qilishi mumkin. Shuning uchun, bemor va uning yaqinlari rehabilitatsiya jarayonida sabrli bo'lishlari va har bir kichik yutuqqa xursand bo'lishlari zarur.[2]

Rehabilitatsiya jarayoni tugagach, bemorlar ko'pincha o'z hayotlarida yangi maqsadlar qo'yishlari va yangi qobiliyatlarni rivojlantirishlari mumkin. Bosh miya shikastlanishidan so'ng hayot davom etadi, va bemorlar o'zlarini yangi sharoitlarga moslashtirishga harakat qilishlari kerak. Ular yangi qobiliyatlarni o'rganish, yangi faoliyatlarga qiziqish bildirish va o'z salomatliklarini yaxshilashga intilishlari mumkin. Bosh miya shikastlanishlarida rehabilitatsiya jarayoni murakkab va ko'p bosqichli jarayondir. Bu jarayon bemorning hayot sifatini yaxshilashga, funksiyalarni tiklashga va yangi hayotga moslashishga yordam beradi. Har bir bemor uchun rehabilitatsiya jarayoni individual yondashuvni talab qiladi va har bir insonning tiklanish jarayoni turlicha kechadi. Shuning uchun, rehabilitatsiya jarayonida shifokorlar, mutaxassislar va yaqinlarning qo'llab-quvvatlashi juda muhimdir.[3]

Rehabilitatsiya jarayonida muvaffaqiyatga erishish uchun bemorlar, shifokorlar va rehabilitatsiya mutaxassislari o'rtasida yaxshi muloqot va hamkorlik zarur. Bu jarayonda har bir tomon o'z vazifalarini bajarishi va bemorning tiklanishiga hissa qo'shishi kerak. Rehabilitatsiya jarayoni tugagach, bemorlar ko'pincha o'z hayotlarida yangi maqsadlar qo'yishlari va yangi qobiliyatlarni rivojlantirishlari mumkin. Bosh miya shikastlanishlarida rehabilitatsiya jarayoni, shuningdek, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jamoaviy faoliyatlarni o'z ichiga olishi mumkin. Bemorlar bir-birlari bilan muloqot qilish va tajriba almashish orqali o'zlarini yanada yaxshiroq his qilishlari mumkin. Bu, o'z navbatida, ularning ruhiy holatini yaxshilashga yordam beradi va ijtimoiy hayotga qaytishlariga yordam beradi.[4]

Rehabilitatsiya jarayoni inson hayotida muhim o'rin tutadi, chunki u shikastlanish, kasallik yoki boshqa salbiy holatlarni boshdan kechirgan odamlarning tiklanishiga yordam beradi. Ushbu jarayonda bir nechta mutaxassislar ishtirok etadi, har biri o'zining maxsus bilim va tajribasiga ega. Rehabilitatsiya jarayoni ko'plab bosqichlardan iborat bo'lib, har bir mutaxassis o'zining mahoratini bemorning sog'lig'ini tiklash jarayonida qo'llaydi. Rehabilitatsiya jarayonining birinchi bosqichi shifokorlar ishtirokida amalga oshiriladi. Shifokorlar bemorning umumiy sog'lig'ini baholash bilan birga, shikastlanish yoki kasallik sabablarini aniqlashda asosiy rol o'ynaydi. Ular bemorning holatini diqqat bilan kuzatib boradi va rehabilitatsiya rejalarini ishlab chiqish

uchun zarur bo'lgan ma'lumotlarni taqdim etadi. Shifokorlar bemorning tibbiy tarixini o'rganish, diagnostika o'tkazish va zarur tahlillarni amalga oshirish orqali reabilitatsiya jarayonini boshqaradi.

Fizioterapevtlar reabilitatsiya jarayonida muhim rol o'ynaydi, chunki ular jismoniy terapiya orqali bemorning harakat qobiliyatini tiklashga yordam beradi. Fizioterapevtlar bemorning mushaklarini kuchaytirish, muvozanatni yaxshilash va harakat qobiliyatini oshirish uchun maxsus mashqlar va usullarni qo'llaydi. Ular bemorning individual ehtiyojlariga mos ravishda mashg'ulotlar rejasini tuzadi va bemor bilan birga ishlaydi. Fizioterapevtlar bemorning jismoniy holatini yaxshilashga qaratilgan turli xil usullarni qo'llaydi, shu jumladan, massaj, elektroterapiya va boshqa jismoniy vositalar. Ergoterapevtlar ham reabilitatsiya jarayonida muhim ahamiyatga ega. Ular bemorning kundalik hayot faoliyatlarini qayta tiklashga yordam beradi. Ergoterapevtlar bemorning mustaqil hayot kechirishini ta'minlash uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar o'tkazadi. Ular bemorga oddiy kundalik ishlarni bajarishda yordam beradi, masalan, ovqat tayyorlash, kiyinish yoki shaxsiy gigiena. Ergoterapevtlar bemorning ijtimoiy va professional hayotiga qaytishini ta'minlashda ham muhim rol o'ynaydi. Psixologlar reabilitatsiya jarayonida ruhiy holatni baholash va ruhiy qo'llab-quvvatlashni taqdim etish bilan shug'ullanadi. Ular bemorning stress, depressiya yoki boshqa ruhiy muammolarini hal qilishda yordam beradi. Psixologlar bemorning motivatsiyasini oshirishga yordam beradi va ularni reabilitatsiya jarayonida qo'llab-quvvatlaydi. Ular bemor bilan suhbatlashib, uning his-tuyg'ularini tushunishga harakat qiladi va zarur bo'lganda psixoterapiya seanslarini o'tkazadi. Psixologlar bemorning ruhiy barqarorligini ta'minlash va reabilitatsiya jarayonida psixologik to'siqlarni yengib o'tishga yordam beradi. Nutq terapevtlari reabilitatsiya jarayonida nutq yoki muloqot bilan bog'liq muammolarni hal qilishda ishtirok etadi. Agar bemor nutq qobiliyatida muammolarga duch kelsa, nutq terapevtlari ularning nutq qobiliyatlarini tiklashga yordam beradi. Ular bemorga muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishda yordam berish uchun turli xil mashqlar va strategiyalarni qo'llaydi. Nutq terapevtlari bemorning o'z fikrlarini ifoda etish va boshqalar bilan muloqot qilish qobiliyatini yaxshilashga qaratilgan dasturlarni ishlab chiqadi. Ijtimoiy ishchilar reabilitatsiya jarayonida bemorning ijtimoiy va iqtisodiy ehtiyojlarini ko'rib chiqadi. Ular bemorning oila a'zolari bilan hamkorlik qilish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlarini aniqlash va zarur resurslarni taqdim etishda yordam beradi. Ijtimoiy ishchilar bemorning reabilitatsiya jarayonida ijtimoiy muhitini yaxshilash va ularni qo'llab-quvvatlash uchun zarur bo'lgan yordamni taqdim etadi. Ular bemorning ijtimoiy hayotini qayta tiklashga yordam beradi va ularni jamiyatga qaytarishda muhim rol o'ynaydi. Oziq-ovqat mutaxassislari reabilitatsiya jarayonida bemorning ovqatlanish rejimini baholab, sog'lom ovqatlanish bo'yicha maslahatlar beradi. Ular bemorning tiklanish jarayonida zarur bo'lgan oziq moddalarini

ta'minlashga yordam beradi. Oziq-ovqat mutaxassisleri bemorning ovqatlanish odatlarini o'rganadi va ularga sog'lom ovqatlanish uchun zarur bo'lgan tavsiyalarni beradi. Ular bemorning ovqatlanish rejimini to'g'rilash orqali ularning sog'lig'ini yaxshilashga yordam beradi. Reabilitatsiya jarayonida ushbu mutaxassislar o'rtasidagi hamkorlik va jamoaviy yondashuv bemorning tiklanish jarayonini samarali va muvaffaqiyatli o'tkazishga yordam beradi. Har bir mutaxassisning o'ziga xos roli va hissasi bemorning sog'lig'ini tiklashda muhim ahamiyatga ega. Ularning birgalikdagi ishlashi bemorning tiklanish jarayonini tezlashtiradi va ularni jamiyatga qaytarishga yordam beradi.[5]

Xulosa: Umuman olganda, bosh miya shikastlanishlarida reabilitatsiya jarayoni murakkab va ko'p jihatlarni o'z ichiga oladi. Har bir bemor uchun individual yondashuv, sabr-toqat va qo'llab-quvvatlash zarur. Reabilitatsiya jarayonida muvaffaqiyatga erishish uchun barcha tomonlarning hamkorligi va muloqoti muhimdir. Bosh miya shikastlanishidan so'ng hayot davom etadi, va bemorlar o'zlarini yangi sharoitlarga moslashtirishga harakat qilishlari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullayev, A. (2020). "Reabilitatsiya tibbiyoti: nazariyasi va amaliyoti". Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi.
2. Ismoilov, A. (2019). "Bosh miya shikastlanishlari: xususiyatlar va reabilitatsiya". Samarqand: Samarqand Davlat Tibbiyot Institut.
3. Murodov, D. (2021). "Jismoniy terapiya va reabilitatsiya: nazariy va amaliy asoslar". Buxoro: Buxoro Davlat Universiteti.
4. Tursunov, S. (2022). "Bosh miya jarohatlari va ularni reabilitatsiya qilish usullari". Farg'ona: Farg'ona Davlat Universiteti.
5. Karimov, R. (2018). "Reabilitatsiya va reabilitatsiya tibbiyoti: nazariy va amaliy jihatlar". Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti.
6. Xudoyberdiyev, E. (2023). "Bosh miya shikastlanishlarida psixologik reabilitatsiya". Toshkent: O'zbekiston Psixologiya Assotsiatsiyasi.
7. Rasulov, M. (2021). "Ergoterapiya va bosh miya shikastlanishlari: amaliy qo'llanma". Andijon: Andijon Davlat Tibbiyot Institut.