

БЕМОРЛАРГА ПСИХОЛОГИК ЙОРДАМ КО‘РСАТИШНИНГ АҲАМИЯТИ

Муallif: **Usmonova Shaxlo Saitmuxamatovna**

Hamshiralalar akademiyasi katta o‘qituvchisi

Аnnotatsiya

Maqolada bemorlarning psixologik holatini qo‘llab-quvvatlash muhimligi va hamshiralarning bu jarayondagi roli yoritiladi. Sog‘liqni saqlash tizimida psixologik yondashuvning ahamiyati va samarali usullari tahlil qilinadi.

Kalit so‘zlar

psixologik yordam, bemor psixologiyasi, ruhiy qo‘llab-quvvatlash, hamshiralik, tibbiy parvarish.

Kirish

Bemorlar bilan ishlashda nafaqat ularning jismoniy salomatligi, balki ruhiy holati ham katta ahamiyatga ega. Ko‘plab tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, kasallikni yengish jarayonida ruhiy qo‘llab-quvvatlash bemorning sog‘ayishiga bevosita ta’sir qiladi. Ayniqsa, surunkali kasalliklar, jarrohlik amaliyotlari va og‘ir tashxislar bemor ruhiyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Hamshiralalar tibbiy muassasalarda bemorlarga eng yaqin insonlardan biri bo‘lib, ularga nafaqat jismoniy, balki ruhiy yordam ham ko‘rsatishlari lozim. Ruhiy holat barqaror bo‘lsa, bemorning organizmi davo jarayoniga ijobiy javob qaytaradi. Bu esa psixologik yordamni sog‘liqni saqlash tizimining ajralmas qismi sifatida ko‘rishga asos bo‘ladi.

Asosiy qism

1. Bemorlar psixologiyasiga ta'sir qiluvchi omillar

Har bir bemor turlicha ruhiy holatga ega bo'lib, ularning kayfiyati va hissiyoti quyidagi omillarga bog'liq bo'lishi mumkin:

Kasallikning og'irligi va davomiyligi – Surunkali kasalliklar bemorlarda depressiya va xavotirni kuchaytiradi.

Yaqinlarning qo'llab-quvvatlashi – Oilaning bemorga bo'lgan e'tibori ruhiy holatga katta ta'sir qiladi.

Tibbiyot xodimlarining munosabati – Hamshiralarning mehribonligi va iliq muomalasi bemor ruhiyatini barqarorlashtiradi.

Tashxisning qabul qilinishi – Og'ir tashxis qo'yilgan bemorlar ruhiy qabul qilish bosqichidan o'tadilar va bu ularga qanday ta'sir qilishiga bog'liq.

2. Psixologik yordam ko'rsatishning samarali usullari

Hamshiralar bemorlarga psixologik yordam ko'rsatishda quyidagi usullardan foydalanishlari mumkin:

Ochiq va samimiy muloqot – Bemorlar bilan do'stona va ochiq suhbat qurish, ularning tashvishlarini tinglash muhim.

Hissiy qo'llab-quvvatlash – Bemorlarning ruhiy holatini yaxshilash uchun iliq so'zlar, dalda beruvchi iboralar ishlatish kerak.

Stressni kamaytirish – Bemorlarga nafas olish mashqlari, yengillik keltiruvchi texnikalar tavsiya etish.

Tibbiy axborotni to'g'ri yetkazish – Bemorlar o'z kasalliklari haqida aniq va tushunarli ma'lumotga ega bo'lishlari kerak.

3. Hamshiralarning psixologik tayyorgarligi

Hamshiralarning o‘zlari ham psixologik jihatdan tayyor bo‘lishlari muhim. Ular quyidagi jihatlarga e’tibor qaratishlari lozim:

Tashqi ko‘rinish va ovoz ohangining muhimligi – Bemorlarga dalda beruvchi ohangda gapirish.

Stressga chidamlilik – O‘z his-tuyg‘ularini nazorat qilish va bemor bilan xotirjam muloqot qilish.

Empatiya va tushunish – Bemorlarga hamdardlik bildirish va ularning holatini tushunish.

Xulosa

Bemorlarning psixologik holatini qo‘llab-quvvatlash tibbiyotning ajralmas qismi hisoblanadi. Hamshiralar ushbu jarayonda asosiy rol o‘ynaydi, chunki ular bemor bilan bevosita aloqada bo‘ladilar. Samimiy muloqot, stressni kamaytirish usullari va hissiy qo‘llab-quvvatlash bemorning sog‘ayish jarayonini tezlashtirishi mumkin. Shu sababli, hamshiralarning psixologik savodxonligi va hissiy barqarorligi yuqori bo‘lishi talab etiladi.

Adabiyotlar

1. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti. “Tibbiyotda psixologik yordam.”
2. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. “Bemorlarning ruhiy holatini qo‘llab-quvvatlash.”
3. Smith, J. (2022). Psychology in Nursing Practice. Oxford University Press.
4. Brown, K. (2021). Patient-Centered Care and Psychological Support in Medicine. Springer.