

SOG'LIQNI SAQLASH TIZIMIDA PSIXOLOGIK XIZMATNING O'ZIGA XOSLIGI, PSIXOLOGIK MOSLANUVCHANLIK VA MUVOZANATNI BAHOLASH ME'ZONLARI

Olimova Dano Shakirovna

TTA Urganch filiali p.f.n, dotsent.

Iskandarova Dinora Shokir qizi

TTA Urganch filiali

Stomatologiya yo'nalishi magistranti.

Annotatsiya. Ushbu maqolada sog'liqni saqlash tizimidagi psixologik xizmatning o'ziga xos jihatlari, uning ahamiyati hamda tibbiy muassasalarda psixologik yordamni samarali tashkil etishning dolzarb jihatlari tahlil qilinadi. Xususan, bemorlarning psixologik moslanuvchanligi va emotsional muvozanatini aniqlash, baholash va qo'llab-quvvatlash mezonlariga alohida e'tibor qaratiladi. Maqolada shuningdek, psixologik xizmat ko'rsatish jarayonida foydalaniladigan zamonaviy metodlar, diagnostika vositalari va ularning amaliyotdagi samaradorligi yoritilgan. Sog'liqni saqlash tizimida psixologik xizmatni takomillashtirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: psixologik xizmat, sog'liqni saqlash, moslanuvchanlik, emotsional muvozanat, baholash mezonlari, tibbiy psixologiya, diagnostika, stressga bardoshlilik.

Bugungi kunda sog'liqni saqlash tizimi nafaqat jismoniy, balki ruhiy salomatlikni tiklash va qo'llab-quvvatlashni ham o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan. Tibbiy psixologiyani ahamiyati ortib borar ekan, bu yo'nalishdagi xizmatlar sifatini oshirish, bemorlar holatini to'g'ri baholash va ularga individual yondashuvni shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Bemorlarga sifatli va to'liq yordam ko'rsatish faqatgina jismoniy davolanish bilan cheklanib qolmasligi kerak. Og'ir vaziyatni boshidan kechirayotgan inson, davolanishning barcha bosqichlarida psixologik qo'llab-quvvatlashga ehtiyoj sezadi. Shu nuqtai nazardan sog'liqni saqlash tizimida psixologlarning o'rni muhim bo'lib, ularning vazifalari juda keng ko'lamni qamrab oladi. Psixolog bemorga og'ir tashxisni qabul qilish, kasallik tufayli yuzaga kelgan yangi hayot tarziga moslashish, shaxs sifatida o'z-o'zini qadrlash hissini shakllantirish va hayotga ijobiy nigoh bilan qarashga yordam berishi zarur.

Bundan tashqari, psixolog kasallik natijasida yuzaga kelgan salbiy shaxsiy xususiyatlarni tuzatish, gipoxondriyani yengish, tashvish va qo'rquv holatlarini kamaytirishda ham muhim ro'l o'ynaydi. U davolanish jarayonining turli bosqichlarida

va muayyan tibbiy muolajalar vaqtida bemorlarni ruhiy jihatdan tayyorlash, ularni operatsiya, murakkab diagnostik tekshiruvlar yoki fizioterapiya jarayonlariga tayyorlashda faol ishtirok etadi. Psixologik qo'llab-quvvatlash orqali u bemorlarda qo'rquv, tushkunlik, tajovuzkorlik va asabiylik holatlarini kamaytirishga ko'maklashadi.

Shuningdek, o'z kasbiy faoliyatida yuqori darajadagi ruhiy bosim, stress va zo'riqishlarga duch keladigan tibbiyot xodimlariga psixolog tomonidan ko'rsatiladigan yordam ham juda muhimdir. Shu asosda psixolog sog'liqni saqlash tizimida psixosomatika, psixogigiena, psixoprofilaktika hamda patopsixologiyaga oid masalalarni hal qilishda faol ishtirok etishi mumkin. Mazkur holatlarni e'tiborga olgan holda, barcha sog'liqni saqlash muassasalarida psixolog lavozimini joriy etish va uni tibbiy xodimlar hamda oliy malakali mutaxassislar lavozim ro'yxatiga kiritish maqsadga muvofiq bo'ladi.

Sog'liqni saqlash tizimidagi psixologik xizmatlar umumiy psixologik amaliyotdan farq qiladi. Bu yerda xizmatlar ko'proq stress, travma, og'ir kasalliklar bilan bog'liq psixologik bosimni kamaytirishga yo'naltirilgan bo'ladi. Har bir bemorning psixologik holatini baholashda alohida yondashuv, noziklik va empatiya talab etiladi.

Psixologik moslanuvchanlik — bu insonning turli salbiy vaziyatlarga, ayniqsa kasallikka, ruhiy va jismoniy o'zgarishlarga moslasha olish qobiliyatidir. Bu ko'rsatkich bemorning sog'ayish jarayoniga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Moslanuvchanlikni aniqlash uchun psixologik testlar, suhbatlar, kuzatuv va boshqa metodlar qo'llaniladi.¹

Bemorning ruhiy muvozanatini saqlashi — davolanish natijalariga bevosita ta'sir qiladi. Emotsional muvozanat quyidagi mezonlar asosida baholanadi:

- stressga qarshi bardoshlilik darajasi,
- ijobiy va salbiy hissiyotlar muvozanati,
- ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi,
- o'ziga bo'lgan ishonch va hayotga motivatsiya.

Bugungi kunda psixologik holatni aniqlashda quyidagi usullardan keng foydalanilmoqda:

- MMPI (Minnesota Ko'p Yo'nalishli Shaxs Inventari),
- Luscher testi,
- Bek depressiya shkalasi,
- Hamilton tashvish shkalasi.

Hozirgi kunda integrativ psixologiya va psixoterapiya bilan somatik tibbiyotning o'zaro uyg'unlashuvi tobora kengayib bormoqda. Ayniqsa, bu yondashuv

¹ Abduqodirov A. va boshqalar. Tibbiyot psixologiyasi asoslari. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2020.

psixosomatik kasalliklarni davolashda samarali bo'lib, asosiy ta'sir obyekti sifatida insonning ruhiy va jismoniy holatini birgalikda tiklashga yo'naltirilgan. Psixosomatik muammolar qatoriga gipertoniya, yurak ishemik kasalligi, yallig'lanish jarayonlari, dermatit, bronxial astma kabi kasalliklar kiradi.

Psixoterapiya va psixokorreksiya usullari yordamida nafaqat psixosomatik holatlar, balki psixopatologik buzilishlar — tashvishli holatlar, asteniya, depressiya, gipoxondriya, shuningdek, vegetativ va somatik tizimlarning funksional-dinamik muammolarini (masalan, yurak-qon tomir, nafas olish, ovqat hazm qilish tizimi) ham samarali tarzda davolash mumkin.

Shaxsga yo'naltirilgan guruh psixoterapiyasi aynan psixosomatik holatdagi bemorlar uchun ijobiy natijalar bergani kuzatilgan. Ayniqsa, onkologik bemorlar bilan ishlashda psixoterapevtik yordam katta ahamiyat kasb etadi. Ilmiy manbalarda saraton kasalligiga chalingan bemorlar va ularning yaqinlari bilan olib borilgan guruh psixoterapiya amaliyoti keng yoritilgan. Ushbu yondashuv orqali bemorlarning kasallikka bo'lgan psixologik va psixopatologik reaksiyalarini erta aniqlab, ularni chuqurlashib ketishidan oldin samarali tarzda tuzatish mumkin.

Xulosa qilib aytganda, sog'liqni saqlash tizimida psixologik xizmatni takomillashtirish bemorlarning umumiy salomatligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Shu boisdan:

- psixologik xizmatlar barcha tibbiy muassasalarda majburiy joriy etilishi lozim;
- tibbiyot xodimlari doimiy psixologik tayyorgarlikdan o'tishi kerak;
- individual yondashuv asosida psixologik yordam metodlari ishlab chiqilishi maqsadga muvofiqdir.

Mamlakatimizning turli hududlarida, xususan chekka va olis joylarda joylashgan tibbiyot muassasalarida psixologik xizmat faoliyatini yo'lga qo'yish zarurdir. Har bir tibbiyot muassasasida psixologik yordam ko'rsatish tizimini shakllantirish bemorlar va tibbiyot xodimlarining ruhiy salomatligini ta'minlashda muhim o'rin tutadi. Shu bois, psixologlar lavozimini tizimli ravishda tashkil etish va ularning faoliyatini huquqiy jihatdan mustahkamlash dolzarb vazifa sifatida qaralishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abduqodirov A. va boshqalar. Tibbiyot psixologiyasi asoslari. – Toshkent: Tibbiyot nashriyoti, 2020.
2. Karimova L.M. Klinik psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2019.
3. G'ulomova N.A. Psixosomatik kasalliklar va ularni davolashning psixologik yondashuvlari. – Toshkent: Ilm Ziyo, 2021.
4. Erkinova D.M. Tibbiy muassasalarda psixologik yordam ko'rsatishning nazariy va amaliy asoslari. – Samarqand: Samarqand davlat tibbiyot universiteti nashriyoti, 2021.
5. Васильева Н.Ю. Медицинская психология. – Москва: Юрайт, 2022.