



## ONKOLOGIK KASALLIKLARNI PSIXOLOGIK PARVARISHLASH.

*Raximova Gulasal Odiljon qizi:  
Rishton Abu Ali ibn Sino nomidagi  
Jamoat Salomatligi Texnikumida  
xirurgiyada hamshiralik ishi o'qituvchi*

**Annotatsiya :** Ushbu maqolada onkologik kasalliklar bilan og'riqan bemorlarni psixologik parvarishlashning ahamiyati, asosiy tamoyillari va amaliy usullari yoritilgan. Saraton kasalligi nafaqat jismoniy, balki kuchli ruhiy zarba ham beradi. Bemorlarda qo'rquv, xavotir, depressiya, inkor qilish, umidsizlik kabi psixoemotsional reaksiyalar kuzatiladi. Psixologik qo'llab-quvvatlash davolash samaradorligini oshiradi, hayot sifatini yaxshilaydi va bemorning kasallikka moslashuvini yengillashtiradi. Maqolada hamshira va tibbiyot xodimlarining psixologik parvarishdagi roli alohida ta'kidlanadi.

**Kalit so'zlar:** Onkologiya, psixologik parvarish, saraton, depressiya, xavotir, psixoemotsional holat, palliativ yordam, kommunikatsiya, hayot sifati, empatiya.

Onkologik kasalliklar bugungi kunda dunyo miqyosida eng dolzarb tibbiy muammolardan biri hisoblanadi. Saraton tashxisi bemor uchun og'ir ruhiy zarba bo'lib, ko'pincha hayotiy qadriyatlar, reja va umidlarning o'zgarishiga olib keladi. Bunday vaziyatda bemor nafaqat dori-darmon va jarrohlik muolajalariga, balki kuchli psixologik yordamga ham muhtoj bo'ladi.

Saraton kasalligiga chalingan bemorlar orasida depressiya, xavotir, uyqusizlik, o'zini yolg'iz his qilish va hatto o'z joniga qasd fikrlari uchrashi mumkin. Shuning uchun zamonaviy onkologiyada kompleks yondashuv – ya'ni biologik, ijtimoiy va psixologik omillarni birgalikda hisobga olish muhimdir. Psixologik parvarish bemorning kasallikni qabul qilish bosqichlarini (inkor, g'azab,



savdolashish, tushkunlik, qabul qilish) yengib o'tishiga yordam beradi. Ayniqsa, hamshiralar bemor bilan eng ko'p muloqot qiluvchi tibbiyot xodimi sifatida katta rol o'ynaydi. Ularning empatiyasi, sabr-toqati va to'g'ri kommunikatsiyasi bemor ruhiyatiga bevosita ta'sir ko'rsatadi.

Onkologik kasallik tashxisi bemor hayotida keskin burilish nuqtasini yuzaga keltiradi. Saraton tashxisi ko'pincha inson ongida "hayot tugadi" degan xavotirli fikrni uyg'otadi. Shu sababli bemorlarda eng avvalo doimiy o'lim qo'rquvi shakllanadi. Bu qo'rquv nafaqat kasallikning og'irligiga, balki kelajak noaniqligiga ham bog'liq bo'ladi. Ayrim bemorlar davolanish jarayoniga ishonchsizlik bilan qaraydi, bu esa ruhiy tushkunlikni yanada kuchaytiradi.

Onkologik davolash jarayonida kimyoterapiya va nurlantirish muolajalari tufayli tashqi ko'rinishning o'zgarishi — soch to'kilishi, vazn yo'qotish, teri rangining o'zgarishi — bemorda o'ziga bo'lgan ishonchni pasaytiradi. Ayniqsa, ayol bemorlarda bu holat psixologik komplekslar, uyatchanlik va ijtimoiy chekinishga olib kelishi mumkin. Tashqi ko'rinishdagi o'zgarishlar shaxsiy identifikatsiya va o'zini qadrlash hissiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Ko'plab bemorlar o'zini oila va jamiyatdan ajralgandek his qiladi. Ular o'z kasalligi bilan yaqinlariga ortiqcha yuk bo'layotgandek o'ylashi mumkin. Ba'zan esa jamiyatdagi noto'g'ri stereotiplar bemorning ijtimoiy izolyatsiyasiga sabab bo'ladi. Bu esa yolg'izlik, tushkunlik va ichki iztiroblarni kuchaytiradi. Moliyaviy muammolar ham psixologik bosimni oshiradi. Uzoq muddatli davolanish, qimmat dori-darmonlar, ish qobiliyatining pasayishi bemorda iqtisodiy xavotirlarni yuzaga keltiradi. Bu esa stress darajasini oshirib, davolanish samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Bundan tashqari, surunkali og'riq bemorning ruhiy holatiga bevosita ta'sir qiladi. Doimiy og'riq insonni charchatadi, asabiylikni oshiradi va depressiv holatni kuchaytiradi. Shuning uchun og'riqni nazorat qilish psixologik barqarorlikni ta'minlashda muhim omillardan biridir. Shu sababli, onkologik bemorlarda psixologik muammolarni erta aniqlash va ularga



kompleks yordam ko'rsatish davolash jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi.

Onkologik bemorlarni psixologik parvarishlashda bir qator muhim tamoyillarga amal qilish zarur. Eng avvalo, empatiya va hurmat asosiy o'rinni egallaydi. Tibbiyot xodimi bemorni hukm qilmasdan, sabr bilan tinglashi va uning his-tuyg'ularini tushunishga harakat qilishi lozim. Empatik yondashuv bemor va tibbiyot xodimi o'rtasida ishonchli munosabatni shakllantiradi.

Ochiq va aniq kommunikatsiya ham muhimdir. Bemor o'z tashxisi, davolash usullari va prognoz haqida tushunarli ma'lumotga ega bo'lishi kerak. Noaniqlik va yashirin ma'lumotlar qo'rquvni kuchaytiradi, shuning uchun axborotni to'g'ri va ehtiyotkorlik bilan yetkazish zarur.

Individual yondashuv har bir bemorning shaxsiy xususiyatlari, yoshiga, ijtimoiy holatiga va ruhiy barqarorligiga qarab belgilanadi. Ba'zi bemorlar kuchli ruhiy tayyorgarlikka ega bo'lsa, boshqalari ko'proq qo'llab-quvvatlashga muhtoj bo'ladi. Oilani davolash jarayoniga jalb qilish ham psixologik parvarishning muhim qismidir. Yaqinlarning mehr-muhabbati va doimiy qo'llab-quvvatlashi bemorning ruhiy barqarorligini mustahkamlaydi. Oila a'zolariga ham kasallik haqida to'g'ri tushuntirish berish zarur.

Kasallikning og'ir bosqichlarida palliativ yordam alohida ahamiyat kasb etadi. Bu nafaqat og'riqni kamaytirish, balki bemorning hayot sifatini saqlab qolishga qaratilgan kompleks yondashuvdir. Ruhiy tinchlik va insoniy munosabat bu bosqichda juda muhimdir.

Onkologik bemorlarni psixologik parvarishlashda hamshiraning o'рни beqiyosdir. Hamshira bemor bilan eng ko'p muloqot qiladigan tibbiyot xodimi bo'lib, uning ruhiy holatini muntazam kuzatib boradi. U bemorning kayfiyati, xatti-harakati va emotsional reaksiyalaridagi o'zgarishlarni birinchi bo'lib sezishi mumkin.

Faol tinglash hamshiraning asosiy ko'nikmalaridan biridir. Bemor o'z qo'rquv va tashvishlarini bemalol ayta olishi kerak. Hamshira suhbat davomida samimiy va sabrli bo'lishi, bemorning gapini bo'lmasligi lozim.



Umid uygʻotuvchi, lekin realistik suhbat olib borish muhimdir. Soxta tasalli berish ishonchni kamaytiradi, shuning uchun haqiqatni ehtiyotkorlik bilan, ammo umid ruhida yetkazish kerak. Bemorni davolanish jarayonida faol ishtirok etishga undash ham muhimdir.

Stressni kamaytirish maqsadida nafas mashqlari, relaksatsiya texnikalari va oddiy psixologik qoʻllab-quvvatlash usullari tavsiya etilishi mumkin. Agar bemorda depressiya, kuchli xavotir yoki oʻz joniga qasd fikrlari kuzatilsa, uni psixolog yoki psixiatr mutaxassisga yoʻnaltirish zarur.

Shunday qilib, hamshira nafaqat parvarish qiluvchi, balki bemorning ruhiy tayanchi ham hisoblanadi. Uning insonparvarligi, empatiyasi va kasbiy mahorati onkologik bemorning hayot sifatiga sezilarli taʼsir koʻrsatadi.

Onkologik kasalliklar inson salomatligiga nafaqat jismoniy, balki kuchli psixologik zarba ham beradi. Saraton tashxisi bemorda qoʻrquv, xavotir, tushkunlik, ijtimoiy ajralish va umidsizlik kabi murakkab psixoemotsional holatlarni keltirib chiqaradi. Ushbu omillar davolash jarayoniga, bemorning muolajalarga boʻlgan munosabatiga va umumiy hayot sifatiga sezilarli taʼsir koʻrsatadi.

Shu sababli, onkologik bemorlarni davolashda kompleks yondashuv — yaʼni tibbiy muolajalar bilan bir qatorda psixologik parvarishni ham olib borish zarur. Empatiya, ochiq muloqot, individual yondashuv va oilaviy qoʻllab-quvvatlash psixologik barqarorlikni taʼminlashning asosiy omillaridir. Ayniqsa, hamshiralarning bemor bilan doimiy aloqada boʻlishi ularning ruhiy holatini nazorat qilish va zarur yordam koʻrsatishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Psixologik qoʻllab-quvvatlash davolash samaradorligini oshiradi, bemorning kasallikka moslashuvini yengillashtiradi hamda ogʻir bosqichlarda hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi. Demak, onkologik bemorlarni parvarishlash jarayonida insonparvarlik, sabr-toqat va professional psixologik yondashuv muhim oʻrin tutadi.



## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR :

1. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (WHO). Onkologik kasalliklar bo‘yicha global hisobotlar.
2. DeVita V.T., Lawrence T.S., Rosenberg S.A. *Cancer: Principles and Practice of Oncology*.
3. Holland J.C., Breitbart W.S. *Psycho-Oncology*.
4. National Comprehensive Cancer Network (NCCN). Distress Management Guidelines.
5. Bemorlarni palliativ parvarishlash bo‘yicha klinik tavsiyalar.
6. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Onkologik xizmat bo‘yicha me‘yoriy hujjatlar.
7. Kübler-Ross E. *On Death and Dying*.
8. Zamonaviy onkologiya va hamshiralik ishi bo‘yicha o‘quv qo‘llanmalar.