

GINEKOLOGIK KASALLIKLAR VA ULARNING PSIXOEMOTSIONAL HOLAT BILAN BOG‘LIQLIGI

Ergashova Yasmina To‘lqin qizi

EMU UNIVERSITY talabasi

Eshtemirov Abbos Normo‘min o‘g‘li

EMU UNIVERSITY

Ijtimoiy fanlar kafedrasida assistenti

ANNOTATSIYA

Tibbiyot oliygohlarida tahsil olayotgan talaba-qizlarda yuqori o‘quv yuklamasi, surunkali stress va uyqu rejimining buzilishi ginekologik salomatlikka salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, hayz siklining buzilishi, dismenoreya va gormonal disbalans kabi holatlar keng uchraydi. Ushbu maqolada tibbiyot talabalari orasida uchraydigan asosiy ginekologik muammolar, ularning kelib chiqish sabablari, klinik belgilari va profilaktika choralari yoritilgan.

Kalit so‘zlar: ginekologik kasalliklar, hayz sikli, stress, talaba-qizlar, gormonal buzilishlar, reproduktiv salomatlik.

АННОТАЦИЯ

У студенток медицинских вузов высокая учебная нагрузка, хронический стресс и нарушение режима сна негативно влияют на гинекологическое здоровье. Наиболее часто встречаются нарушения менструального цикла, дисменорея и гормональный дисбаланс. В статье рассмотрены основные гинекологические проблемы у студенток-медиков, причины их развития, клинические проявления и меры профилактики.

Ключевые слова: гинекологические заболевания, менструальный цикл, стресс, студентки, гормональные нарушения, репродуктивное здоровье.

ANNOTATION

High academic workload, chronic stress, and sleep disturbances negatively affect gynecological health among female medical students. Menstrual cycle disorders, dysmenorrhea, and hormonal imbalance are particularly common. This article discusses the main gynecological problems in female medical students, their causes, clinical features, and preventive measures.

Keywords: gynecological diseases, menstrual cycle, stress, female students, hormonal disorders, reproductive health

DOLZARBLIGI

Reproduktiv salomatlik ayollar umumiy sog‘lig‘ining muhim ko‘rsatkichlaridan biri hisoblanadi. Tibbiyot oliygohlari talaba-qizlari doimiy psixoemotsional bosim, tungi navbatchiliklar va imtihonlar tufayli ginekologik kasalliklar rivojlanish xavfi yuqori bo‘lgan guruhga kiradi. Ushbu muammoni o‘rganish kelajakda sog‘lom onalikni ta‘minlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

KIRISH

Ginekologik kasalliklar ayollarda eng ko‘p uchraydigan patologiyalar qatoriga kiradi. Yosh ayollarda, xususan talabalar orasida bu kasalliklar ko‘pincha funksional xarakterga ega bo‘lib, stress, gormonal o‘zgarishlar va noto‘g‘ri turmush tarzi bilan bog‘liq bo‘ladi. Tibbiyot talabalari o‘z sog‘lig‘iga yetarlicha e‘tibor bermasligi muammoni yanada chuqurlashtiradi.

ASOSIY QISM

1. Talaba-qizlarda uchraydigan asosiy ginekologik muammolar:

Hayz siklining buzilishi (amenoreya, oligomenoreya)

Dismenoreya (og‘riqli hayz)

Premenstrual sindrom (PMS)

Gormonal disbalans

Funksional tuxumdon kistalari

2. Ginekologik kasalliklarning asosiy sabablari

Surunkali stress va asabiy zo‘riqish

Uyqu yetishmovchiligi

Jismoniy va aqliy charchash

Ovqatlanish rejimining buzilishi

Endokrin tizimdagi o‘zgarishlar

Stress gipotalamo-gipofizar-tuxumdon o‘qi faoliyatiga ta’sir ko‘rsatib, hayz siklining buzilishiga olib keladi.

3. Klinik belgilari

Hayzning kechikishi yoki tartibsizligi

Pastki qorin sohasida og‘riq

Umumiy holsizlik

Asabiylik va kayfiyat o‘zgarishi

Bosh og‘rig‘i va tez charchash

4. Profilaktika va sog‘lomlashtirish choralari

Mehnat va dam olish rejimini muvozanatlashtirish

Stressni kamaytirish usullarini qo‘llash

To‘g‘ri ovqatlanish

Ginekolog ko‘rigidan muntazam o‘tish

Psixologik yordam

XULOSA

Tibbiyot oliygohlari talaba-qizlarida ginekologik kasalliklar ko‘pincha funksional xarakterga ega bo‘lib, psixoemotsional holat bilan chambarchas bog‘liq. Ushbu muammolarni erta aniqlash va kompleks profilaktika choralari orqali bartaraf etish reproduktiv salomatlikni saqlashda muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Akusherlik va ginekologiya. – Toshkent.
2. Ayollar reproduktiv salomatligi asoslari.
3. World Health Organization. Women’s reproductive health.
4. Novak’s Gynecology.
5. Stress and Menstrual Disorders in Young Women.