

O'SMIRLIK DAVRIDA UCHRAYDIGAN QO'RQUV HOLATLARINING TIBBIY
ASPEKTLARI

Tursunboyeva Zarnigor Azamat qizi

Osiyo xalqaro universiteti magistratura talabasi

tursunboyeva2605@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10467202>

Annotatsiya. Maqolada o'smirlik davrida namoyon bo'ladigan qo'rquv holatlarning namoyon bo'lishi natijasida kelib chiqadigan turli xil kasalliklar tahlil qilinga.

Kalit so'zlar: o'smirlik, qo'rquv, o'tish davri, ruhiy holat, vahima, depressiya.

MEDICAL ASPECTS OF ADOLESCENT FEAR

Abstract. The article analyzes various diseases caused by the manifestation of fear situations that are manifested in adolescence

Keywords: adolescence, fear, transition period, state of mind, panica, depression.

МЕДИЦИНСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДРОСТКОВОГО СТРАХА

Аннотация. В статье анализируются различные заболевания, вызванные проявлением ситуаций страха, которые проявляются в подростковом возрасте.

Ключевые слова: подростковый возраст ,страх переходный период ,паника депрессия.

Qo'rquv tibbiy va psixologik jihatdan tadqiq qilinadi. Psixologik jihatdan tadqiq qililganda qo'rquv natijasida insonda turli xil psixologik o'zgarishlar vujudga keladi. Qo'rquvning uzoq muddat davom etishi natijasida insonda parisonxotirlik, diqqatni bir yerga jamlay olmaslik, xotiraning susayishi, layoqatsizlik kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin va buning natijasida o'qish va ishga bo'lgan qiziqish, samaradorlik pasayib boradi. Qo'rquv uzoq muddatli xotiralarning shakllanishiga putur yetkazishi va miyaning ba'zi qismlariga, masalan gipokampusga zarar yetkazishi mumkin. Bu qo'rquvni tartibga solishni yanada qiyinlashtiradi va turli xil kasalliklarni kelib chiqishining asosiy omili bo'lishi mumkin. — Qo'rquv tibbiyot psixologiyasida alohida o'rin egallagan va juda ko'p kasalliklarning sababchisi sifatida o'rganilgan. Qo'rquv bir nechta kasalliklarning asosiy kelib chiqish sababi bo'lishi mumkin. Qo'rqqan insonda yurak urushining tezlashishi-taxikardiya, nafas olish ritmining buzulishi, qon bosimining oshishi, ko'p terlash, tanada qaltiroq bo'lishi, oshqozon, bosh, ko'krak, oyoq yoki qo'lda og'riq paydo bo'lishi mumkin.

Qo'rqinchli vaziyatlarda quyidagi tashvish belgilar kuzatilishi mumkin: yurak urishi tezlashadi yoki kuchayadi, terlash, titroq, quruq og'iz, nafas olishda qiyinchilik, bug'ilish hissi, ko'krak qafasidagi og'riq yoki noqulaylik, qorin bo'shlig'ida ko'ngil aynish yoki noqulaylik, bosh aylanishi, beqarorlik yoki hushidan ketish hissi, derealizatsiya (ob'ektlarning haqiqiy emasligini his qilish) yoki depersonalizatsiya (o'zining «men»ga nisbatan haqiqiy emasligini his qilish), nazoratni yo'qotishdan qo'rqish, aqldan ozish, o'lim qo'rquvi, issiq chaqnash yoki titroq, uyqusizlik hissi.

Qo'rquv immunitetni zaiflashtiradi. Kasalliklarga tez chalinishga moyillikni oshiradi. Bu esa erta qarish va o'limga olib keladi. Yosh bolalarda qo'rquv natijasida duduqlanish va yoki umuman gapirmaslik, turli xildagi sariq kasalliklar bilan og'rish holatlari tez-tez uchraydi. Qo'rquv uzoq muddat davom etadigan bo'lsa insonda stress vujudga kelishi mumkin va buning oqibatida o'nlab kasalliklarni yuzaga keltiradi va markaziy asab sistemasini shikastlashi mumkin. Ba'zida qo'rquv hatto xavfli bo'lmasa ham hayratlanarli va kutilmagan narsa (baland shovqin kabi) tomonidan qo'zg'atiladi. Buning sababi qo'rquv reaksiyasi bir zumda faollashadi – miyaning fikrlash qismi sodir bo'layotganini qayta ishlashi yoki baholashiga qaraganda bir necha soniya tezroq. Miya hech qanday xavf yo'qligini tushunish uchun yetarli ma'lumotga ega bo'lishi bilanoq, u qo'rquv reaksiyasini o'chiradi. Bularning barchasi soniyalarda sodir bo'lishi mumkin. Qo'rquvga kasallik sifatida qaralmaslik bu unga befarq bo'lishga olib kelmasligi lozim. Xalqimiz orasida “Kasalni davolagandan, uning oldini olgan afzal” degan ibratli gaplari bor. Har bir kasallikning o'zining kelib chiqish etimologiyasi bo'ladi. Ba'zilarida: chuqur ruhiy kechinmalar xavfli kasalliklarning asosiy ildizi, ba'zilarida esa turtki bo'lishi mumkin. Insonlarda qo'rquv holatlari keltirib chiqaradigan tibbiy va psixologik aspektlarni o'rganish va uni chuqur tadqiq etish, qo'rquv borasida tibbiy va psixologik madaniyatni shakllantrish bugungi kun dolzarb muammolaridan biri.

Qo'rquv haqida juda ko'p olimlar izlanish olib borganlar. Xususan Sharq mutaffakkiri, qumusi olim Abu Ali ibn Sino tibbiyot va psixologiya sohasida juda ko'plab kitoblarni yozib qoldirgan. Uning tibbiyotning deyarli barcha sohalariga tegishli bo'lgan “Tib qonunlari” asarida, inson vujudga keladigan kasalliklarni kelib chiqish tarixi, rivojlanishi, davr surushi va tuzalishigacha bo'lgan davrlarni psixologiya bilan uzviy bog'liq holda o'rganadi. Uning “Ruhni davolamay turib tanani davolab bo'lmaydi” deb aytgan fikri bugungi zamonaviy tibbiyotda ham o'z qadr-qimmatini yo'qotgan emas. Ibn Sino bir qator kasalliklarni kelib chiqish sababi asab tizimiga bog'liq ekanligini, g'azab, qo'rquv, qattiq siqilishlar organizmni holsizlantirib, immun tizimini zaiflashtirishi haqida aytib o'tgan. Qo'rquv natijasida yuzaga keladigan kasalliklar ustuda

juda ko'plab tajribalarni amalga oshirgan. Bitta qo'yni oddiy sharoitda , ikkinchisini esa qafasda ushlab , ikkalasini ham bir xil boqqan . Oziq-ovqatlarini bir xil miqdorda, bir xil vaqtda bergan. Qafasda saqlanayotgan qo'yning atrofida bo'ri aylanib yurgan. Oddiy sharoitda saqlanayotgan qo'y bo'rilardan uzoq tinch joyda bo'lgan. Bir necha kundan so'ng qafasda saqlanayotgan qo'y ovqat yemay qo'ygan va holdan toyib o'lgan. Ibn Sino qo'yning o'limiga ruhiy zo'riqish, bo'riga yem bo'lishdagi qattiq qo'rquv uni holdan toyib o'lishiga sabab bo'lgan deb xulosa qiladi.

Qo'rquv natijasida paydo bo'ladigan kasalliklardan yana biri –vahimadir. Vahima-his-tuyg'u va kayfiyatning buzulish turlaridan biri, vahimada odamni asossiz qo'rquv bosadi, kishi nimadandir xavotirlanib, hadiksiraydi, bezovta bo'ladi, ko'ngil g'ashlanib, oromi yo'qoladi, ruhan azob chekadi. Unga kelajakda falokat bo'lishi muqarrardek, o'zi yoki yaqinlarining hayoti xavf ostida turgandek tuyuladi. Vahima har xil ruhiy holatlarda turlicha namoyon bo'ladi:

1) Yosh bolalarda voqealarni to'g'ri anglash va tushunish qobiliyati zaif bo'lib, ba'zan ular xonada yakka qolishdan, tunda yurishdan, yomon tushlar ko'rishdan qo'rqishadi, yosh ulg'aygan sari bu alomatlar o'z-o'zidan yo'qolib ketadi.

2) Kishi biror nojo'ya xatti-harakat qilsa , o'z qilmishidan xavotirlanib , vahimaga tushadi , qamalish yoki jazolanishdan qo'rqadi, tunni bedor o'tkazib, har narsadan hadiksiraydi, oromi yo'qolib , ko'ngli g'ash bo'lib yuradi, iztirob chekadi. Tabiiy ofatlar (suv toshqini, yong'in, zilzila va hokazolar) da ham ba'zilar vahimaga tushishi mumkin, ularni qo'rquv bosadi, o'zi yoki yaqinlarining hayotini o'ylab bezovta bo'ladi, oromi yo'qoladi. Bunday vahima sabablari barataraf etilgach, ular tuzalib ketadi, nerv sistemasi zaif yoki kasallikka moyil odamlarda vahima kasalligi surunkali bo'lib ruhiy kasallikka aylanib borishi mumkin.

3) Ba'zi yuqumli kasalliklar , to'satdan zaharlanib, alahlashda yoki birdan boshlangan ruhiy kasalliklarda ham vahima belgilari namoyon bo'ladi-bemor sababsiz qo'rqib, qattiq bezovtalanadi.

4) Yoshi katta (ko'pincha 50-60 yoshlar) kishilarda vahima ruhiy kasallikning asosiy belgilaridan bo'lib , uzoq davom etadi, bemor g'amgin yuradi, qattiq qo'rqadi, bezovtalanadi, o'zini qo'ygani joy topolmaydi, kelajak fojiali, falokatli, o'zi yoki yaqinlariga qandaydir xavf-tug'ulayotgandek tuyuladi. Bunday vahima o'z-o'zini ayblash vasvasasi bilan birga uchraydi, ehtiyot choralari ko'rilmasa, bemor o'zini halok qilishi mumkin . Vahima avj olganda vegetative nerv sistemasi faoliyati buzulib, organizmda har xil biokimyoviy o'zgarishlar ro'y beradi, qonda adrenalin, noradrenalin va qand ko'payadi, me'da shirasida xlorid kislota kamayadi. Qon bosimi oshadi, dil o'ynaydi. Vahima bo'lib qolgan kishi ruhiy kasalliklar shifoxonasida davolanadi.

5) Psixosteniya-(psixo...va asteniya)- ruhiy zaiflik. Qo'rquv natijasida kelib

chiqadigan psixosteniya nevroz kasalligining ko'rinishlaridan biri. Bunda kishi miyasi taxlikali o'y-fikrlar bilan band bo'ladi. Bu kasallik natijasida kelib chiqadigan psixologik kasalliklar quyidagilardan iborat: o'z-o'ziga ishonmaslik, hamma narsadan shubhalanish, vasvasa vahimaga tushish. Bunday kishilarda jur'atsizlik, qat'iyatsizlik, ikkilanuvchanlik kuzatiladi. Qo'rquv natijasida doimiy ishonchsizlikning bo'lishi, o'z qobiliyatiga ishonmaydigan beaqror odamga aylantirib qo'yadi. Oxir-oqibat ular vahima va shubhalanuvchan bo'lib, arzimagan ruhiy qiyinchiliklar ta'sirida miyadan ketmaydigan holatlar nevroziga duchor bo'ladilar. Psixosteniya asosida bosh miyadagi asosiy jarayonlar ichida birinchi signal sistemasiga (idrok etish, hissiyot) qraganda ikkinchi signal sistemasi (fikir-mulohaza yuritish) ustun turushi I.P. Pavlov tomonidan isbotlangan Psixosteniyada miyadan ketmaydigan yopishqoq fikrlar uchraydi.

REFERENCES

1. Zarifboy ibodullayevning Tibbiyot psixologiyasi (378-384-387-453)
2. Abirqulova, S. (2022). O'smirlik davrida agressiv holatlar rivojlanishining psixologik jihatlari. Журнал Педагогики и психологии в современном образовании, 2(4).
извлечено от
3. uz.m.wikipedia

MODERN SCIENCE
& RESEARCH