

**PSIXOSOMATIK KASALLIKLARINING  
KLASSIGIKASIYASI. PSIXOSOMATIK KASALLIKLARINING  
RIVOJLANISH TARIXI. PSIXOSOMATIK KASALLIKLARI BILAN  
KASALLANGAN BEMORLARNING PSIXOLOGIK XIMOYA  
MEXANIZMLARI**

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Termiz Filiali

**Muhabbat Shamayeva Baratovna:** Psixologiya fani asistenti

[muhabbatshamayeva10@gmail.com](mailto:muhabbatshamayeva10@gmail.com)

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Termiz Filiali

**Istamova Durdona Rustam qizi** 1-son Davolash fakulteti 2-bosqich talabasi

[istamovadurdona32@gmail.com](mailto:istamovadurdona32@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada psixosomatik kasalliklarning klassifikatsiyasi, ularning tarixiy rivojlanish bosqichlari hamda bemorlarda kuzatiladigan psixologik himoya mexanizmlari yoritilgan. Shuningdek, psixik omillarning somatik kasalliklar rivojlanishidagi roli va ularni kompleks yondashuv asosida davolash zarurligi ko‘rib chiqilgan.

**Аннотация:** В данной статье рассматриваются классификация психосоматических заболеваний, этапы их исторического развития, а также психологические защитные механизмы у пациентов. Освещается роль психических факторов в развитии соматических заболеваний и необходимость комплексного подхода к их лечению.

**Abstract:** This article discusses the classification of psychosomatic diseases, their historical development, and psychological defense mechanisms observed in patients. It also highlights the role of psychological factors in the development of somatic diseases and the importance of a comprehensive approach to treatment.

**Kalit so‘zlar:** psixosomatika, stress, himoya mexanizmlari, somatik kasalliklar, psixologik omillar

**Ключевые слова:** психосоматика, стресс, защитные механизмы, соматические заболевания, психологические факторы

**Keywords:** psychosomatics, stress, defense mechanisms, somatic diseases, psychological factors

Psixosomatik kasalliklar — bu insonning ruhiy holati (stress, xavotir, depressiya) ta'sirida yuzaga keladigan yoki kuchayadigan somatik (tana) kasalliklardir. Bu holatda psixik omillar organizmning fiziologik jarayonlariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. "Psixosomatika" atamasi yunon tilidan olingan bo'lib, "psixe" — ruh va "soma" — tana so'zlarining birikmasidan tashkil topgan.

Zamonaviy tibbiyotda psixosomatik kasalliklarning ahamiyati tobora ortib bormoqda. Psixosomatik tibbiyot vakillarining fikriga ko'ra, XXI asrda kasalliklarning taxminan yarmi psixogen xarakterga ega. Ruhiy omillar nafaqat ayrim kasalliklarni qo'zg'atadi, balki ko'plab kasalliklarning kechishiga ham ta'sir qiladi. Shu sababli ushbu yo'nalish tibbiyot va psixologiya fanlarining kesishmasida muhim o'rin egallaydi.

## PSIXOSOMATIK KASALLIKLARNING KLASSIFIKATSIYASI

Psixosomatik kasalliklarni klassifikatsiya qilish ularning kelib chiqishi va namoyon bo'lish xususiyatlariga asoslanadi. Zamonaviy tibbiyotda DSM-5 va ICD-10/11 mezonlariga tayanilgan holda quyidagi asosiy turlari ajratiladi.

Birinchidan, haqiqiy (klassik) psixosomatik kasalliklar. Bu turdagi kasalliklarda psixologik omillar kasallikning asosiy sabablaridan biri hisoblanadi. Franz Alexander tomonidan "Muqaddas Yetti" deb nomlangan bu guruhga oshqozon va o'n ikki barmoqli ichak yarasi, arterial gipertoniya, bronxial astma, neyrodermit, revmatoid artrit, tirotoksikoz va yara kasalligi kiradi. Bu kasalliklarda stress va uzoq davom etuvchi ruhiy zo'riqish asosiy patogen omil bo'lib xizmat qiladi.

Ikkinchidan, funksional psixosomatik buzilishlar. Bu holatda organik shikastlanish kuzatilmaydi, lekin bemorda turli noxush simptomlar mavjud bo'ladi — yurak sohasida og'riq, nafas yetishmovchiligi hissi, irritabl ichak sindromi kabilar. Bu buzilishlar ko'pincha asab tizimining ortiqcha zo'riqishi bilan bog'liq bo'lib, umumiy populyatsiyada somatik simptom buzilishining tarqalishi taxminan 5–7 foizni tashkil etadi.

Uchinchidan, somatoform buzilishlar. Bu guruhda bemor o'zida jiddiy jismoniy kasallik bor deb hisoblaydi, lekin tibbiy tekshiruvlarda aniq organik sabab topilmaydi. O'tkir somatik shikoyatlar bilan murojaat etgan bemorlarning taxminan 20–25 foizida somatik simptom buzilishi aniqlangan. Bunday bemorlar ko'p hollarda shifokorlarga tez-tez murojaat qiladi, lekin davolashdan qoniqmaydi.

To'rtinchidan, psixosomatik komponentga ega bo'lgan somatik kasalliklar. Bu yerda kasallikning organik asosi mavjud, ammo uning kechishi va kuchayishida psixik omillar muhim rol o'ynaydi. Qandli diabet, yurak-qon tomir kasalliklari, oshqozon-ichak tizimi kasalliklarida stress kasallikni og'irlashtirishi mumkin.

Aleksitimiya — psixosomatikaning muhim tushunchasi. Psixosomatik kasalliklar uchun alohida xos bo'lgan «aleksitimiya» tushunchasi — ya'ni his-tuyg'ularni so'zlar bilan ifodalay olmaslik holati — birinchi marta Sifneos tomonidan kiritilgan. 1190 nafar bemorni qamrab olgan tadqiqotda 5 turdagi aleksitimiya klasteri aniqlangan: psixiatrik qo'shaloq kasalliklarsiz aleksitimiya (29,3%), depressiv somatizatsiya (23,4%), aleksitimik kasallik xulq-atvori (17,6%), aleksitimik somatizatsiya (17%) va aleksitimik tashvish (12,8%). Aleksitimiya somatizatsiyaning asosiy psixologik xususiyati sifatida qaraladi va psixosomatik kasalliklarni tashxislashda muhim ko'rsatkich hisoblanadi.

Shunday qilib, psixosomatik kasalliklarni to'g'ri klassifikatsiya qilish tashxis qo'yish va samarali davolashda muhim ahamiyatga ega. Bu kasalliklarni davolashda nafaqat somatik, balki psixologik omillarni ham hisobga olish zarur.

## PSIXOSOMATIK KASALLIKLARNING RIVOJLANISH TARIXI

Psixosomatik kasalliklar haqidagi qarashlar insoniyat tarixi davomida bosqichma-bosqich shakllanib kelgan. Ruh va tana o'rtasidagi bog'liqlik masalasi qadim zamonlardanoq olimlar va tabiblarning e'tiborida bo'lgan.

Qadimgi davr. Buyuk tabib Gippokrat inson salomatligini to'rt xil suyuqlik — qon, balg'am, sariq va qora o't — muvozanati bilan bog'lagan. U insonning kayfiyati va ruhiy holati organizm faoliyatiga ta'sir qilishini ta'kidlagan. Keyinchalik Abu Ali ibn Sino ham o'zining "Tib qonunlari" asarida kasalliklarning paydo bo'lishida ruhiy omillarning ahamiyatini alohida qayd etgan. Psixosomatika atamasi esa birinchi marta 1818 yilda Leypsig shahrida J. Xenrot tomonidan tibbiyot adabiyotiga kiritilgan.

XIX asr oxiri — XX asr boshlari. Bu davrda psixologiya va tibbiyot integratsiyasi kuchayib, psixosomatika fan sifatida shakllana boshladi. Sigmund Freyd tomonidan ilgari surilgan psixoanalitik nazariya katta ahamiyat kasb etdi. Unga ko'ra, insonning ong ostida bostirilgan hissiyotlari va ichki ziddiyatlari turli somatik belgilar orqali namoyon bo'lishi mumkin. Shu davrda I.P. Pavlov rahbarligidagi rus maktabi olimlari ham eksperimental nevroz usulini ishlab chiqish orqali psixosomatika rivojiga hissa qo'shdi.

XX asrning o'rtalari — psixosomatikaning oltin davri. 1939 yilda Flanders Dunbar "Psixosomatik tibbiyot" jurnalining asoschilaridan biri bo'lib, emotsiya va jismoniy o'zgarishlar o'rtasidagi bog'liqlik bo'yicha 2251 ta adabiyotni o'z ichiga olgan fundamental asar yozdi. Dunbar kasalliklar bilan shaxs xususiyatlari va hayot tarzi o'rtasidagi munosabatni o'rgandi. Amerikalik olim Franz Alexander esa psixosomatik kasalliklarning aniq ro'yxatini — "Muqaddas Yetti"ni — ishlab chiqib, ularning rivojlanishida emotsional ziddiyatlar va organ zaifligining rolini ilmiy asoslab berdi. 1950-yillarning oxiriga kelib, Amerika ilmiy adabiyotlarida psixologlar nuqtai nazaridan somatik tibbiyot haqida 5000 ga yaqin maqola nashr etildi.

Shu davrda stress nazariyasi ham shakllandi. Gans Selye organizmning stressga javob reaksiyasini — umumiy moslashuv sindromini — o'rganib, stress va kasallik o'rtasidagi bog'liqlikni ilmiy isbotladi. Selye ta'limotiga ko'ra, uzoq davom etuvchi stress organizmning himoya kuchlarini tugatib, turli somatik kasalliklarga zamin yaratadi.

Zamonaviy davr — biopsixosotial model. 1977 yilda Jorj Engel biomedik modelning chekliqliklarini bartaraf etish maqsadida biopsixosotial modelni taklif qildi. Ushbu model biologik, psixologik va ijtimoiy omillarning sog'liqqa birgalikda ta'sirini hisobga oladi va hozirgi kunda psixosomatika asosi sifatida tan olingan. Bu yondashuvga ko'ra, kasalliklarning kelib chiqishida biologik, psixologik va ijtimoiy omillar birgalikda ta'sir ko'rsatadi. Hozirgi kunda psixosomatik kasalliklarni davolashda kompleks yondashuv — dori-darmon, psixoterapiya va hayot tarzini o'zgartirish muhim hisoblanadi.

## **PSIXOSOMATIK KASALLIKLARGA CHALINGAN BEMORLARDA PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARI**

Psixosomatik kasalliklar rivojlanishida psixologik himoya mexanizmlari muhim o'rin tutadi. Psixologik himoya mexanizmlari — bu insonning ong ostida shakllanadigan, ichki ziddiyatlar, stress va salbiy emotsiyalardan himoyalanişga qaratilgan psixik jarayonlardir. Ego himoya mexanizmlari tushunchasi birinchi marta Sigmund Freyd tomonidan ilgari surilib, keyinchalik uning qizi Anna Freyd va boshqalar tomonidan rivojlantirilgan. Bu mexanizmlar "insonni tashvishdan va ichki yoki tashqi xatarlardan himoya qiluvchi avtomatik psixologik jarayonlar" sifatida ta'riflanadi.

300 nafar bemorni o'rganish natijasida psixologik himoya mexanizmlari va psixosomatik simptomlar o'rtasida statistik jihatdan muhim korrelyatsiya aniqlangan. Eng ko'p qo'llaniladigan noadaptiv mexanizmlar qatoriga oqlash (justifikatsiya),

proyeksiya, siqib chiqarish (repressiya) va xayoliy kasallik kiritilgan. Psixosomatik bemorlarda quyidagi himoya mexanizmlari alohida ahamiyat kasb etadi.

Inkor (Denial). Bemor o'zida mavjud muammo yoki kasallikni tan olmaydi. Somatoform buzilishi bilan og'rigan bemorlarda o'tkazilgan tadqiqot shuni ko'rsatdiki, ushbu bemorlar shaxslararo yoki ichki ziddiyatlarni inkor etishga moyil bo'lgan. Inkor somatoform buzilishi bemorlarida markaziy psixologik himoya mexanizmlaridan biri sifatida belgilangan. Masalan, kuchli stress yoki ruhiy jarohatni inkor etish natijasida bu holat tanada turli simptomlar orqali namoyon bo'ladi.

Siqib chiqarish (Repressiya). Bu mexanizmida noxush xotiralar va hissiyotlar ong ostiga "siqib chiqariladi". Bemor ularni ongli ravishda eslamaydi, lekin ular organizmga yashirin ta'sir ko'rsatishda davom etadi va psixosomatik simptomlar paydo bo'lishiga sabab bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, suppression va repressiya gastrointestinal hamda kardiologik psixosomatik oqibatlar bilan statistik jihatdan bog'liq.

Proyeksiya. Inson o'zidagi salbiy hissiyotlarni boshqalarga yuklaydi. Masalan, ichki xavotirni boshqalarning unga nisbatan salbiy munosabati sifatida qabul qiladi. Bu esa doimiy ruhiy zo'riqishga olib keladi va psixosomatik kasalliklarni kuchaytiradi.

Regressiya. Stressli vaziyatlarda inson oldingi, oddiyroq xulq-atvor shakllariga qaytadi. Bu holat organizmning moslashuv imkoniyatlarini kamaytirib, kasallik belgilarini kuchaytirishi mumkin.

Somatizatsiya. Bu psixosomatik bemorlar uchun eng xos mexanizmlardan biri bo'lib, unda ruhiy muammolar jismoniy simptomlar orqali ifodalanadi. Psixologik nuqtai nazardan somatizatsiya repressiya, siljitish (displacement) va o'rganilgan kasallik roli bilan uzviy bog'liq. Insonlar hissiy qiyinchilik, tashvish yoki hal etilmagan ichki ziddiyatlarni tananing simptomlariga o'tkazadi — bu jarayon ko'pincha ongsiz ravishda sodir bo'ladi. Masalan, ichki ziddiyatlar bosh og'rig'i, yurak urishining tezlashishi yoki oshqozon og'rig'i ko'rinishida namoyon bo'ladi.

Intellektualizatsiya. Bemor o'z kasalligi haqida haddan ziyod mantiqiy mulohaza yuritib, hissiy jihatni chetga surib qo'yadi. Bu mexanizm ham o'z navbatida hissiyotlarning to'planishiga va yangi psixosomatik simptomlarning paydo bo'lishiga zamin yaratadi.

Shunday qilib, psixologik himoya mexanizmlari insonni stressdan himoya qilsa-da, ularning haddan tashqari yoki noto'g'ri ishlashi psixosomatik kasalliklarning

rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Shu bois bunday bemorlarni davolashda nafaqat jismoniy, balki psixologik yordam ham muhim ahamiyatga ega.

## XULOSA

Psixosomatik kasalliklar insonning ruhiy holati va jismoniy sog'ligi o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni ko'rsatadi. Qadimgi Gippokrat va Ibn Sino qarashlari zamonaviy biopsixosotial modelgacha bo'lgan uzoq tarixiy yo'l bosib o'tilgan. Bugungi kunda esa psixosomatika tibbiyotning mustaqil va ilmiy asoslangan yo'nalishiga aylangan.

Klassifikatsiya nuqtai nazaridan psixosomatik kasalliklarning turli shakllari — haqiqiy psixosomatozlardan somatiform buzilishlargacha — mavjud bo'lib, ularning har birida psixologik omillarning ulushi turlicha bo'ladi. Aleksitimiya tushunchasi psixosomatik kasalliklarni tushunishda yangi sahifa ochdi va his-tuyg'ularni anglab, ifodalay olmaslik somatik kasalliklar uchun zamin yaratishi ilmiy isbotlandi.

Psixologik himoya mexanizmlari — inkor, repressiya, somatizatsiya, proyeksiya va boshqalar — vaqtincha ruhiy muvozanatni saqlab tursa-da, uzoq muddatda organizmga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Tadqiqotlar psixologik himoya mexanizmlari va psixosomatik simptomlar o'rtasida statistik jihatdan muhim bog'liqlik mavjudligini tasdiqlaydi.

Demak, psixosomatik kasalliklarni samarali davolash uchun kompleks yondashuv — ya'ni nafaqat somatik, balki psixologik omillarni ham hisobga olgan holda dori-darmon va psixoterapiyani uyg'unlashtirish — zarur. Kelgusida O'zbekistonda ham bu yo'nalishda mahalliy tadqiqotlarni kengaytirish va tibbiyot muassasalarida psixolog-maslahatchi xizmatlarini joriy etish muhim vazifa bo'lib qolmoqda.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Gippokrat. Tibbiyot haqida asarlar. — Qadimgi yunon manbalari.
2. Ibn Sino. Tib qonunlari (Al-Qonun fi't-Tibb). — Toshkent: O'zbekiston nashriyoti, 2000.
3. Freud S. Introduction to Psychoanalysis. — London: Routledge, 2010.
4. Alexander F. Psychosomatic Medicine: Principles and Applications. — New York: Norton, 1950.
5. Selye H. The Stress of Life. — New York: McGraw-Hill, 1978.
6. Engel G.L. The need for a new medical model. Science, 196(4286), 129–136. — 1977.
7. G'oziyev E.G. Umumiy psixologiya (1-kitob). — Toshkent, 2010.

8. Ismatova B.O. Surunkali somatik kasalliklar bilan xastalangan bemorlarda psixologik o'zgarishlarning o'ziga xosligi. International Journal of Philosophical Studies and Social Sciences, 2022.
9. Almajali D.M.M.M., Abdelrasheed N.S.G. Non-Adaptive Defense Mechanisms and Their Relationship to Psychosomatic Disorders. European Psychiatry, 2024.