

ONKOLOGIK KASALLIKKA CHALINGAN BEMORNING TERMINAL BOSQICHDAGI PSIXOLOGIK HOLATI VA PSIXOTERAPIYANING O‘RNI

Djurakulova Nilufar Nodirovna

Samarqand Davlat Universiteti psixologiya va ijtimoiy-siyosiy fanlar fakulteti iqtidorli talabasi

Annotatsiya: Onkologik kasallikning terminal bosqichi bemorlar uchun nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihatdan ham katta sinov hisoblanadi. Ushbu maqolada terminal bosqichdagi bemorlarning psixologik holati, ularning duch keladigan asosiy muammolari va bu muammolarni yengishda qo‘llaniladigan samarali psixoterapevtik usullar haqida so‘z boradi. Mazkur maqola shifokorlar, psixologlar va bemorlarning yaqinlari uchun mo‘ljallangan.

Kalit so‘zlar: onkologik kasallik, terminal bosqich, psixologik holat, qo‘rquv, umidsizlik, psixoterapiya.

Аннотация: Терминальная стадия онкологического заболевания – это большое испытание для больных не только физически, но и морально. В данной статье рассказывается о психологическом состоянии больных в терминальной стадии, основных проблемах, с которыми они сталкиваются, и эффективных психотерапевтических методах, применяемых для преодоления этих проблем. Статья предназначена для врачей, психологов и родственников пациентов.

Ключевые слова: Онкологическое заболевание, терминальная стадия, психологическое состояние, страх, отчаяние, психотерапия.

Abstract: The terminal stage of oncological disease is a great test for patients not only physically, but also mentally. This article discusses the psychological state of terminally ill patients, the main problems they face, and effective psychotherapeutic methods used to overcome these problems. This article is intended for doctors, psychologists, and relatives of patients.

Key words: Oncological disease, terminal stage, psychological state, fear, despair, psychotherapy.

Onkologik kasalliklar dunyo miqyosida eng xavfli va hayot uchun tahdid soluvchi kasalliklar qatoriga kiradi. Ayniqsa, kasallikning terminal bosqichida bemorlar nafaqat jismonan, balki ruhiy jihatdan ham katta sinovlarni boshdan kechiradilar. Olimlar va shifokorlar ushbu bosqichda bemorlarga faqatgina tibbiy yordam ko‘rsatish bilan cheklanib qolmasliklari, balki ularning ruhiy farovonligiga ham e‘tibor qaratishlari lozimligini ta’kidlaydilar. Onkologik kasalliklar nafaqat jismoniy, balki ruhiy va hissiy jihatdan ham og‘ir kechadigan jarayonlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, kasallikning terminal bosqichida bemor va uning yaqinlari katta psixologik bosim ostida qoladilar. Ular o‘z hayotining tugashiga yaqinlashayotganini anglab, turli ruhiy holatlar – tushkunlik, qo‘rquv, inkor etish,

umidsizlik, hatto ruhiy inqirozga duch kelishlari mumkin. Mashhur psixolog Elisabet Kubler-Ross o‘lim oldidan insonlarning kechinmalarini tahlil qilib, "Inkor, G‘azab, Yig‘lash, Depressiya va Qabul qilish" kabi besh bosqichni ajratib bergan. Quyida terminal bosqichdagi bemorlarning ruhiy holati, ularning asosiy muammolari va ushbu muammolarni yengishda psixoterapiyaning o‘rni haqida so‘z boradi.

Onkologik kasallikning so‘nggi bosqichi bemor va uning atrofida gilar uchun og‘ir kechadi. Ularning psixologik holatini quyidagi asosiy omillar belgilaydi:

-Hayot yakunlanishidan qo‘rquv – O‘limga bo‘lgan tabiiy qo‘rquv, hayot davomida amalga oshmagan rejalar va orzular haqida qayg‘urish.

-Tushkunlik va depressiya – Ko‘pincha bemorlar ruhiy tushkunlik, motivatsiya yo‘qolishi va umidsizlik bilan kurashadilar.

-G‘azab va norozilik – Ayrim bemorlar o‘z taqdirlarini inkor etishadi, hayotda adolatsizlik bor deb hisoblashadi va atrofida gilar nisbatan agressiv bo‘lishlari mumkin.

-Yolg‘izlik hissi – Terminal bosqichga yetgan bemorlar ko‘pincha o‘zlarini yolg‘iz his qiladilar, boshqalar ularning holatini tushunmayotganini o‘ylashadi.

-Qabul qilish – Ba’zi bemorlar vaqt o‘tishi bilan o‘z kasalligini va hayotning so‘nggi bosqichini qabul qilishadi, bu esa ularga ichki xotirjamlik topishga yordam beradi. Quyidagilar asoslangan holda onkologik bemorlarning terminal bosqichdagi psixologik holatini Kubler-Ross modeli asosida besh bosqichga ajratiladi:

1. Inkor – 20%Bemor o‘zining kasalligi jiddiy ekanligini qabul qilmaydi. Tashxisga ishonmaslik, boshqa shifokorlarga murojaat qilish holatlari kuzatiladi. "Bu xato tashxis, men butunlay sog‘lomman!"

2. G‘azab– 15%Bemor o‘z kasalligidan g‘azablanadi, ba’zan atrofida gilar ayblaydi. "Nega aynan men?! Nega boshqalarga emas?!"

3. Savdolashish – 25%Bemor shifokorlar, oilasi yoki hatto ilohiy kuchlar bilan savdolashishga harakat qiladi. "Agar sog‘aysam, hayotimni butunlay o‘zgartiraman!"

4. "Depressiya – 30%O‘lim yaqinligini his qilish natijasida chuqur tushkunlik boshlanadi. "Hamma narsa tugadi. Hech qanday umid yo‘q..."

5. Qabul qilish– 10%Bemor hayotning oxiri yaqinlashganini anglaydi va unga tayyorlana boshlaydi. Bu hayotning bir qismi. Men tinchlanishim kerak.

Onkologik bemorlarning terminal bosqichdagi psixologik muammolari ularning jismoniy va ijtimoiy hayotiga sezilarli darajada salbiy ta'sir ko'rsatadi, va onkologik kasallikka chalingan bemorning ayniqsa terminal bosqichdagi bemorlarga har tomonlama ko'rsatish qo'llab-quvvatlash muhimdir. Asosan terminal bosqichdagi bemorlarga oilasi va psixologlar tomonidan qo'llab-quvvatlash bemorlarning psixologik holatini yaxshilaydi.

Terminal bosqichdagi onkologik bemorlarning psixologik muammolari

Psixologik muammo	Ko‘rinishlari	Bemorlar foizi (%)
O‘lim qo‘rquvi	O‘limni rad etish, tashvish, stress	85
Depressiya	Umdsizlik, motivatsiyaning yo‘qolishi	70
Yolg‘izlik	Oila va jamiyat bilan muloqotning kamayishi	60
Hayot ma‘nosini yo‘qotish	Yashashdan umidni uzish, maqsadsizlik	50
G‘azab va inkor	Kasallik sababidan g‘azab, taqdirni qoralash	40

Quyidagi yondashuvlar bemorning hayot sifatini yaxshilashga yordam beradi.

1. Kognitiv-behavioral terapiya. Bemorning depressiv va salbiy fikrlarini ijobiy tomonga o‘zgartirish. O‘lim qo‘rquvini kamaytirish, umid berish.

2. Eksistensial terapiya. Hayot va o‘limning tabiiyligi haqida tushuncha berish. Bemor o‘z hayotini qayta baholashga yordam berish.

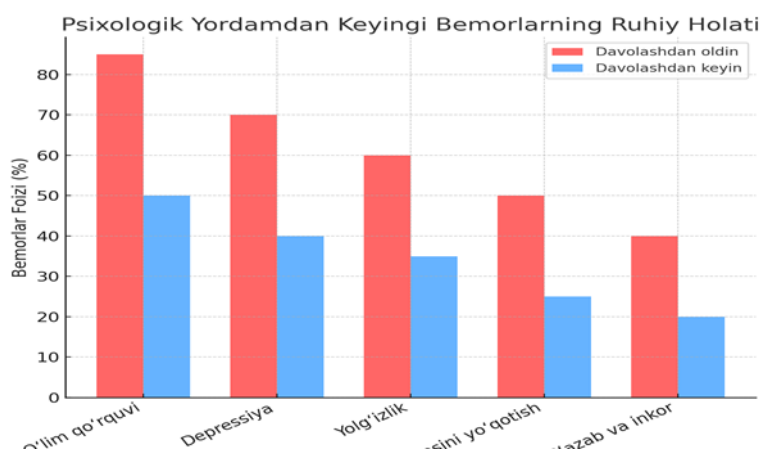
3. Oila terapiyasi. Bemor va uning yaqinlari o‘rtasida ochiq muloqotni yo‘lga qo‘yish. Oila a‘zolariga bemor bilan qanday munosabatda bo‘lish kerakligini tushuntirish.

4. Bemorning oilasi va tibbiyot xodimlarining roli, "Siz yolg‘iz emassiz, biz har doim siz bilanmiz." hali hammasi yaxshi bo‘lishini tushuntirish

5. Ijobiy motivatsiya. Bemorning hali amalga oshirilishi mumkin bo‘lgan maqsadlari borligini eslatish. Hayotining mazmunli jihatlarini eslatib turish.

Ushbu diagramma ruhiy yordam ko‘rsatilgan bemorlarning psixologik holatidagi o‘zgarishlarni tasvirlaydi.

Psixologik Yordamdan Keyingi Bemorlarning Ruhiy Holati



Bu natijalar shuni ko‘rsatadiki, psixologik yordam olgan bemorlar depressiya, stress va qo‘rquvni yengishda ancha yaxshi natijalarga erishadilar. Psixoterapiyaning samaradorligi va natijalari shuni ko‘rsatadiki, psixoterapiya terminal bosqichdagi bemorlarning hayot sifatini yaxshilashga katta hissa qo‘shadi. Misalan: Qo‘rquv va tashvish kamayadi, bemorlar o‘zlarini tinchroq his qiladilar. Yolg‘izlik hissi pasayadi, chunki ular tushunarli va qo‘llab-quvvatlovchi muhitda bo‘ladilar. Og‘riq va jismoniy noqulaylik sezilarli darajada kamayishi mumkin, chunki stress va depressiyaning bartaraf etilishi og‘riq sezgirligiga ta‘sir qiladi. Oila a‘zolari bilan yaxshiroq aloqalar o‘rnatiladi, bu esa bemor uchun ruhiy dalda bo‘ladi.

Onkologik kasalliklarning terminal bosqichida bemorlarning psixologik holati juda og‘ir bo‘lishi mumkin, ammo to‘g‘ri yondashuv va psixoterapiya orqali ularning ruhiy holatini yaxshilash mumkin. Terminal bosqichdagi onkologik bemorlarning eng keng tarqalgan muammolari o‘lim qo‘rquvi, depressiya va yolg‘izlikdir. Bu holatda esa psixologik yordam bemorlarning holatini sezilarli darajada yaxshilaydi, bu esa ularning hayot sifatini oshirishga yordam beradi. Kubler-Ross modeli bo‘yicha bemorlarning psixologik reaksiyalari bosqichma-bosqich kechadi va ularni har bir bosqichda to‘g‘ri qo‘llab-quvvatlash muhimdir. Yuqoridagi ma‘lumotlar shuni ko‘rsatadiki, psixologik yordam va oilaviy qo‘llab-quvvatlash bemorlar uchun muhim rol o‘ynaydi. Shifokorlar, psixologlar va bemorning yaqinlari birgalikda ishlashlari kerak, chunki bu bemorning qolgan hayotini iloji boricha sifatli o‘tkazishiga yordam beradi. Psixoterapiyaning turli usullari bemor va ularning yaqinlariga hayotning so‘nggi bosqichida tinchlik va ma‘naviy xotirjamlik topishga yordam beradi. Shu sababli, onkologik bemorlarni qo‘llab-quvvatlash tizimlarini rivojlantirish, ularni psixologik jihatdan qo‘llab-quvvatlash strategiyalarini ishlab chiqish va amaliyotga joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu nafaqat bemorlarning, balki ularning yaqinlarining ham ruhiy barqarorligini saqlashga yordam beradi.

FODALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Kubler-Ross, E. (1969). On Death and Dying. Macmillan Publishing.
(Kubler-Ross modeli asosida insonlarning terminal bosqichdagi psixologik reaksiyalari tavsifi).
2. American Cancer Society. (2022). Cancer Facts & Figures 2022.
(Onkologik kasalliklar va ularning bemor psixologiyasiga ta‘siri bo‘yicha statistik ma‘lumotlar.)
3. Kazdin, A. E. (2017). Encyclopedia of Psychology,
4. "Onkologik kasalliklarda bemorlar psixologiyasi" – Asab.cc sayti
5. "Psycho-Oncology" jurnali