

TERI KASALLIKLARINI BEMORLAR PSIXOLOGIYASIGA TA`SIRI.

Mirvasidov Mirkamol Muxtor o'g'li

TTA dermatovenerologiya va kosmetologiya kafedrasi assistenti

Annotatsiya. Ushbu maqola teri kasalliklari bilan kasallangan bemorlarga chuqur psixologik ta'sirini o'rganadi. Teri kasalliklari ruhiy salomatlik, hayot sifati va umumiy farovonlikka ta'sir qilishning turli usullarini tahlil qilish uchun adabiyotni o'rganadi. Sog'liqni saqlash sohasi mutaxassislari uchun kurashish strategiyalari, aralashuvlari va oqibatlarini o'rganish orqali ushbu maqola xabardorlikni oshirish va teri kasalliklarining psixologik jihatlarini ta'siri bo'yicha tushuncha berishga qaratilgan.

Kalit so'zlar: teri kasalliklari, psixologiya, ruhiy salomatlik, hayot sifati, kurashish strategiyasi, aralashuv.

Teri kasalliklari butun dunyo bo'ylab millionlab odamlarga ta'sir qiladi, ko'pincha jismoniy noqulaylik, ijtimoiy stigma va hissiy tanglikni keltirib chiqaradi. Jismoniy namoyon ayon bo'lsa-da, psixologik toll tez-tez salkam qilinadi. Ushbu maqola teri kasalliklari va ruhiy salomatlik o'rtasidagi murakkab munosabatlarni o'rganadi, ularning shaxslar psixologiyasiga, kurashish mexanizmlariga va hayot sifatiga chuqur ta'sirini yoritadi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, teri kasalliklari ruhiy salomatlikni sezilarli darajada buzishi mumkin, bu esa tashvish, depressiya va o'z-o'zini hurmat qilishning pasayishiga olib keladi. Akne, toshbaqa kasalligi, ekzema va vitiligo kabi holatlar ularning ko'rinadigan tabiati va ijtimoiy idroklari tufayli yuqori darajadagi psixologik bezovtalik bilan bog'liq. Tadqiqotlar, shuningdek, terining salomatligi va ruhiy farovonligi o'rtasidagi ikki tomonlama munosabatlarni ta'kidlaydi, bu erda psixologik stress teri sharoitlarini kuchaytirishi va qayg'u tsiklini yaratishi mumkin.

Turli teri kasalliklarining psixologik ta'sirini o'rganadigan tegishli tadqiqotlarni aniqlash uchun keng qamrovli adabiyotlar sharhi o'tkazildi. PubMed, PsycINFO va Google Scholar kabi elektron ma'lumotlar bazalari teri kasalliklari va psixologiya bilan bog'liq kalit so'zlar yordamida qidirildi. So'nggi o'n yil ichida nashr etilgan tadqiqotlar ma'lumotlarning dolzarbligi va valyutasini ta'minlash uchun ustuvor ahamiyat kasb etdi.

Teri kasalliklari bemorlarning psixologiyasi va hissiy farovonligiga katta ta'sir ko'rsatishi mumkin. Teri kasalliklari shaxslarga psixologik ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan ba'zi usullar:

O'zini past baholash: teri kasalliklari ko'pincha sezilarli darajada namoyon bo'lib, o'z-o'zini anglash va salbiy imidjga olib keladi. Bu o'z-o'zini hurmat qilish va

ishonchni pasayishiga olib kelishi mumkin, ayniqsa bu holat surunkali bo'lsa yoki tananing yashirish qiyin bo'lgan joylarida ko'rinadigan bo'lsa.

Ijtimoiy chekinish: teri kasalligi tufayli tashqi ko'rinishidan xijolat yoki uyat hissi ijtimoiy chekinishga va ijtimoiy vaziyatlardan qochishga olib kelishi mumkin. Bemorlar boshqalarning hukmidan yoki salbiy reaksiyalaridan qo'rqishlari mumkin, bu ularni yanada izolyatsiya qilishi va ruhiy salomatligiga ta'sir qilishi mumkin.

Depressiya va tashvish: surunkali teri kasalligi bilan yashash depressiya va tashvish hissini keltirib chiqarishi mumkin. Semptomlarni boshqarish, noqulaylik bilan kurashish va davolanish natijalarining noaniqligi ruhiy salomatlikka ta'sir qilishi va tashvish va depressiya belgilariga olib kelishi mumkin.

Munosabatlarga ta'siri: teri kasalliklari oila, do'stlar va romantik sheriklar bilan munosabatlarga ta'sir qilishi mumkin. Bemorlar o'zlarining ahvolini boshqalar qanday qabul qilishlari haqida tashvishlanishlari va o'zlarining kurashlari haqida yaqinlik va ochiq muloqotni saqlab qolish uchun kurashishlari mumkin.

Tana qiyofasi bilan bog'liq muammolar: teri kasalliklari tana qiyofasini buzishi va tashqi ko'rinishidan norozilikka olib kelishi mumkin. Bu mavjud tana qiyofasi muammolarini kuchaytirishi yoki rivojlanishiga hissa qo'shishi mumkin tana dismorfik buzilishi, jismoniy ko'rinishdagi kamchiliklar bilan obsesif ovora bo'lish bilan tavsiflangan holat.

Stigmatizatsiya va kamsitish: ba'zi teri kasalliklari, ayniqsa psoriasis yoki vitiligo kabi ko'rinadigan alomatlari bo'lganlar, odamlarni stigmatizatsiya va kamsitishga duchor qilishi mumkin. Bu turli xil sharoitlarda, shu jumladan ish joyida, maktablarda va jamoat joylarida sodir bo'lishi mumkin, bu esa uyat va izolyatsiya tuyg'ularini yanada kuchaytiradi.

Hayot sifatiga ta'siri: teri kasalliklari kundalik ishlarga, uyquga va umumiy farovonlikka aralashish orqali hayot sifatini sezilarli darajada buzishi mumkin. Ko'p teri kasalliklari bilan bog'liq surunkali qichishish, og'riq va noqulaylik uyqu rejimini buzishi va charchoq va asabiylashishga olib kelishi mumkin, bu esa psixologik bezovtalikni yanada kuchaytiradi.

Umuman olganda, sog'liqni saqlash xodimlari uchun teri kasalliklarining psixologik ta'sirini tan olish va holatning jismoniy va hissiy jihatlarini hal qiladigan yaxlit parvarish qilish muhimdir. Qo'llab-quvvatlovchi aralashuvlar, shu jumladan psixologik yordam va ta'lim, bemorlarga teri kasalliklarining psixologik ta'sirini engish va ularning umumiy hayot sifatini yaxshilashda hal qiluvchi rol o'ynashi mumkin.

Xulosa va takliflar:

Xulosa qilib aytganda, teri kasalliklari odamlarning psixologiyasiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi, ularning ruhiy salomatligi, o'zini o'zi qadrlashi va hayot sifatiga ta'sir qiladi. Ushbu ta'sirlarni yumshatish uchun tibbiyot xodimlari dermatologik davolash, psixologik yordam va bemorlarni o'qitishni o'z ichiga olgan multidisipliner

yondashuvni qo'llashlari kerak. Teri kasalliklarining psixologik jihatlarini ko'rib chiqish orqali biz bemorlarning farovonligini oshirishimiz va davolash natijalarini yaxshilashimiz mumkin.

Kelajakdagi tadqiqotlar har xil turdagi teri kasalliklariga chalingan shaxslarning noyob psixologik ehtiyojlarini qondirish uchun moslashtirilgan tadbirlarni ishlab chiqishga qaratilishi kerak. Psixologik aralashuvlarning davolanishga rioya qilish, kasallikning rivojlanishi va umumiy psixososyal farovonlikka uzoq muddatli ta'sirini o'rganish uchun bo'ylama tadqiqotlar zarur. Bundan tashqari, teri kasalliklari atrofidagi stigmani kamaytirish va jamiyatda ko'proq tushunish va qabul qilishga yordam berish uchun harakat qilish kerak.

Adabiyotlar.

1. Trzesniewski KH, Donnellan MB, Robins RW. Development of self-esteem. In: Self-esteem. New York, NY, US: Psychology Press; 2013. p. 60–79. (Current issues in social psychology).
2. Urpe M, Pallanti S, Lotti T. Psychosomatic factors in dermatology. *Dermatologic clinics*. 2005; 23(4).
3. Al Robaee AA. Assessment of general health and quality of life in patients with acne using a validated generic questionnaire. *Acta Dermatovenerol Alp Panon Adriat*. 2009; 18(4): 157–64.
4. Dunn LK, O'Neill JL, Feldman SR. Acne in adolescents: Quality of life, self-esteem, mood and psychological disorders. *Dermatol Online J*. 2011; 17(1).
5. Uslu G, Şendur N, Uslu M, et al. Acne: prevalence, perceptions and effects on psychological health among adolescents in Aydin, Turkey. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2008; 22(4): 462–9.
6. Tasoula E, Gregoriou S, Chalikias J, et al. The impact of acne vulgaris on quality of life and psychic health in young adolescents in Greece: results of a population survey. *An Bras Dermatol*. 2012; 87(6): 862–9.
7. Mallon E, Newton JN, Klassen A, et al. The quality of life in acne: a comparison with general medical conditions using generic questionnaires. *Br J Dermatol*. 1999; 140(4): 672–6.
8. Magin P, Adams J, Heading G, et al. Psychological sequelae of acne vulgaris: results of a qualitative study. *Can Fam Physician*. 2006; 52(8): 978–9.