

**MEDICINE
PROBLEMS**

.uz

ISSN 3030-3133

**TIBBIYOT FANLARINING
DOLZARB MASALALARI**

**TOPICAL ISSUES OF MEDICAL
SCIENCES**



Nº 7 (3)

2025



САЙТ: <https://medicineproblems.uz>
ISSN: 3030-3133

MEDICINEPROBLEMS.UZ
TIBBIYOT FANLARINING DOLZARB
MASALALARI
№ 7 (3)-2025

TOPICAL ISSUES OF MEDICAL SCIENCES

ТОШКЕНТ-2025

BOSH MUHARRIR:

ISANOVA SHOIRA TULQINOVNA- Tibbiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), Samarqand davlat tibbiyot universiteti

TAHRIR HAY'ATI:

TIBBIYOT FANLARI

Safarov Zafar Fayzullayevich –tibbiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), Toshkent pediatriya tibbiyot instituti;

Xakimov Murod Shavkatovich –tibbiyot fanlari doktori, professor, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Mavlanov Alimbay – tibbiyot fanlari doktori, professor, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Ergashev Nasriddin Shamsiddinovich - tibbiyot fanlari doktori, professor, Toshkent pediatriya instituti;

Abdullayeva Nargiza Nurmatovna - tibbiyot fanlari doktori, professor, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Djurabekova Aziza Taxirovna - tibbiyot fanlari doktori, professor, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Xaydarova Dildora Kadirovna - tibbiyot fanlari doktori, professor, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Ruziboyev Sanjar Abdusalomovich- tibbiyot fanlari doktori, dotsent, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Sattarov Oybek Toxirovich- tibbiyot fanlari doktori, dotsent, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Niyozov Shuxrat Tashmirovich - tibbiyot fanlari doktori, dotsent, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Shomurodova Dilnoza Salimovna - tibbiyot fanlari doktori, dotsent, Samarqand davlat tibbiyot universiteti

Tavasharov Bahodir Nazarovich – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Xalmetova Feruza Iskandarovna – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

G'aybiyev Akmaljon Axmadjonovich - tibbiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Qo'ziyev Otabek Juraqulovich – tibbiyot fanlari nomzodi, dotsent, Toshkent pediatriya tibbiyot instituti;

Ergasheva Munisa Yakubovna - tibbiyot fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD), dotsent, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Ollanova Shaxnoza Sirlibayevna – tibbiyot fanlari nomzodi, Samarqand davlat tibbiyot universiteti;

Safarov Zafar Fayzullayevich – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent pediatriya tibbiyot instituti;

Xayitov Ilxom Bahodirovich – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Alimov Suxrob Usmonovich- tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Fozilov Uktam Abdurazzokovich - tibbiyot fanlari nomzodi, dotsent, Buxoro davlat tibbiyot instituti;

Raximov Oybek Umarovich – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent pediatriya instituti;

Sattarov Inayat Saparbayevich – tibbiyot fanlari nomzodi, Toshkent tibbiyot akademiyasi;

Abidov O'tkir O'ktamovich – tibbiyot fanlari nomzodi, Buxoro davlat tibbiyot instituti;

Amonova Zaxro Qaxramon qizi - tibbiyot fanlari nomzodi, Samarqand davlat tibbiyot universiteti.

FARMATSEVTIKA FANLARI

Zulfikariyeva Dilnoza Alisherovna - farmatsevtika fanlari doktori (DSc), professor, Toshkent farmatsevtika instituti;

Toshpo‘latova Azizaxon Dilshodovna -
farmatsevtika fanlari doktori (DSc), professor,
Toshkent farmatsevtika instituti;

Xusainova Rayxona Ashrafovna -
farmatsevtika fanlari doktori (DSc), dotsent,
Toshkent farmatsevtika instituti;

Maksudova Firusa Xurshidovna farmatsevtika
fanlari doktori (DSc), dotsent, Toshkent
farmatsevtika instituti;

Ziyamuxamedova Munojot Mirgiyasovna -
farmatsevtika fanlari doktori, Toshkent
farmatsevtika instituti, dotsent v.b.;

Rizayeva Nilufar Muxutdinovna –
farmatsevtika fanlari nomzodi, dotsent
Toshkent farmatsevtika instituti;

TIBBIYOT FANLARINING DOLZARB

MASALALARI elektron jurnali 02.03.2023-
yilda 132099-sonli guvohnoma bilan
davlat ro‘yxatidan o‘tkazilgan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM”
mas’uliyati cheklangan jamiyati.

TAHRIRIYAT MANZILI:

Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik
Beshyog‘och ko‘chasi, 70/10-uy. Elektron
manzil: scienceproblems.uz@gmail.com

MUNDARIJA

<i>Fayziyeva Nozima</i> AYOLLAR SALOMATLIGIDA ENDOKRIN KASALLIKLAR PROFILAKTIKASINING IJTIMOIIY- PSIXOLOGIK OMILLARI	5-11
<i>Ro'zumbetova Safura, Umarova Zamira, Tursunova Laylo</i> PODAGRIK NEFROPATIIYADA BUYRAKLARNING SHIKASTLANISH MEXANIZMI	12-17
<i>Abduraxmanov Karshi, Alikulov Erkin</i> SIL KASALLIGINI KOMPLEKS DAVOLASHDA DORIVOR O'SIMLIKlardan FOYDALANISHGA ZAMONAVIIY YONDASHUVLAR	18-21
<i>Kurbonov Behzod</i> MARKAZIIY OSIYO POPULYATSIYASIDA "SPORTCHI YURAGI" FENOMENI: O'ZBEKISTON SPORTCHI VA HARBIYLARINING ELEKTROKARDIOGRAFIK VA EXOKARDIOGRAFIK O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI	22-26
<i>Axunbabayeva Muxtasar</i> YOSH BEMORLARDA MIOKARD INFARKTINING KLINIK KECHISHI VA FUNKSIONAL O'ZGARISHLARI	27-31
<i>Turgunov Shukhratillo, Mirzaabdullaeva Diyora</i> THE ROLE OF A CLINICAL PSYCHOLOGIST IN PRIMARY HEALTHCARE: THE NEED TO IMPLEMENT IT IN THE WORK OF POLYCLINICS AND PROSPECTS	32-34
<i>Буранова Сагдияна</i> РОЛЬ СОВРЕМЕННЫХ БИОМАРКЕРОВ В ОЦЕНКЕ ПРОФИБРОЗНЫХ ПРОЦЕССОВ ПРИ СИСТЕМНОЙ СКЛЕРОДЕРМИИ	35-38

Article / Original Paper

AYOLLAR SALOMATLIGIDA ENDOKRIN KASALLIKLAR PROFILAKTIKASINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARI

Fayziyeva Nozima Gulomovna

ZARMED UNIVERSITETI “Klinik fanlar” kafedrası assistenti,
Buxoro, Uzbekistan

Annotatsiya. Mazkur maqolada ayollar salomatligini mustahkamlashda endokrin kasalliklar profilaktikasining ijtimoiy-psixologik omillari tahlil qilinadi. Endokrin tizim faoliyatining buzilishi ko‘plab psixososial, ekologik va hayot tarzi bilan bog‘liq omillar natijasida shakllanishi mumkinligi asoslab beriladi. Tadqiqotda ayollar orasida stress, noto‘g‘ri ovqatlanish, gormonal disbalans, reproduktiv muammolar va ijtimoiy bosim kabi omillarning endokrin sog‘liqqa ta‘siri o‘rganilgan. Maqolada shuningdek, sog‘lom turmush tarzini shakllantirish, psixoprofilaktika, tibbiy-ma‘rifiy faoliyat va psixologik maslahat tizimining ayollar endokrin salomatligini mustahkamlashdagi o‘rni ilmiy asosda yoritilgan. Muallif tomonidan ijtimoiy-psixologik yondashuvga asoslangan kompleks profilaktika modeli taklif etilib, ayollar sog‘lig‘ini saqlashda psixologik madaniyat va sog‘lom hayot qadriyatlarini rivojlantirishning ahamiyati asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: ayollar salomatligi, endokrin kasalliklar, profilaktika, psixologik omillar, ijtimoiy muhit, stress, sog‘lom turmush tarzi, psixoprofilaktika, tibbiy-ma‘rifiy faoliyat.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ENDOCRINE DISEASE PREVENTION IN WOMEN’S HEALTH

Fayzieva Nozima Gulomovna

Assistant of the Department of “Clinical Sciences” ZARMED UNIVERSITY,
Bukhara, Uzbekistan

Annotation. This article analyzes the socio-psychological factors of endocrine disease prevention in promoting women’s health. It is substantiated that endocrine system disorders may develop under the influence of psychosocial, ecological, and behavioral factors. The study examines the effects of stress, improper nutrition, hormonal imbalance, reproductive problems, and social pressure on women’s endocrine health. Particular attention is given to the role of psychoprophylaxis, health education, and psychological counseling in strengthening endocrine well-being. The author proposes a comprehensive preventive model based on a socio-psychological approach, emphasizing the importance of developing psychological culture and healthy lifestyle values in maintaining women’s health.

Keywords: women’s health, endocrine diseases, prevention, psychological factors, social environment, stress, healthy lifestyle, psychoprophylaxis, medical and educational activity.

DOI: <https://doi.org/10.47390/Med-pro/v3i7y2025/N01>

KIRISH. So‘nggi yillarda ayollar salomatligi masalalari tibbiy, ijtimoiy va psixologik fanlarning kesishgan nuqtasida eng dolzarb yo‘nalishlardan biriga aylandi. Ayollar organizmida endokrin tizim muvozanatini saqlash nafaqat biologik, balki psixososial barqarorlik, reproduktiv salomatlik va umumiy hayot sifatining muhim omillaridan biri hisoblanadi. Endokrin tizim faoliyatining buzilishi ko‘plab zamonaviy hayot omillari — stress, noto‘g‘ri ovqatlanish, ekologik muhitning ifloslanishi, jismoniy faollik yetishmasligi, surunkali charchoq

va psixologik bosim natijasida yuzaga kelmoqda. Bu esa ayollar salomatligiga, xususan, reproduktiv va psixoemotsional holatiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda.

Ayniqsa, XXI asrda global ijtimoiy o'zgarishlar, ishchi ayollarning sonining ortishi, oilaviy va professional mas'uliyatning kuchayishi, raqobat va ijtimoiy stresslarning ko'payishi natijasida ayollar endokrin tizimi o'zgarishlarga juda sezgir bo'lib bormoqda. Shu bois endokrin kasalliklarni faqat biotibbiy muammo sifatida emas, balki murakkab ijtimoiy-psixologik hodisa sifatida o'rganish zarurati tug'ildi. Endokrin kasalliklar (ayniqsa qalqonsimon bez, buyrak usti bezlari, gipotalamo-gipofizar tizim va reproduktiv gormonlar bilan bog'liq buzilishlar) ayollar salomatligida keng tarqalgan bo'lib, ularning rivojlanishida psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. Stress, emotsional labillik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetishmasligi, o'zini qadrlashning pasayishi va xavotir sindromlari gormonal tizim faoliyatini izdan chiqaruvchi omillar sifatida namoyon bo'ladi. Shu bois, endokrin kasalliklarni oldini olishda psixoprofilaktika, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, shaxsning psixologik madaniyatini rivojlantirish hamda tibbiy-ma'rifiy ishlarining tizimli tashkil etilishi dolzarb ahamiyat kasb etadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI. Ayollar salomatligini saqlash va endokrin kasalliklarning oldini olish masalasi so'nggi o'n yilliklarda ko'plab ilmiy tadqiqotlarning diqqat markazida turibdi. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, endokrin tizim faoliyati ayollarda biologik, ijtimoiy va psixologik omillar o'zaro ta'siri natijasida shakllanadi [1, 2, 7, 14]. Gormonal disbalansni yuzaga keltiruvchi asosiy sabablar qatorida surunkali stress, uyqu yetishmasligi, noto'g'ri ovqatlanish, jismoniy faollik yetishmasligi hamda ekologik omillar muhim o'rin tutadi.

Tibbiy-psixologik adabiyotlarda [4,17] qayd etilishicha, ayollar endokrin tizimi erkaklarga nisbatan sezgirroq bo'lib, reproduktiv davr, homiladorlik, tug'ruqdan keyingi davr va klimakterik o'tish davrida gormonal muvozanat o'zgarishlariga nisbatan kuchli reaksiya bildiradi. Bu esa ularning psixik holatiga — tashvish, depressiya, affektiv beqarorlik kabi holatlarning yuzaga kelishiga sabab bo'ladi. Shu bois, endokrin kasalliklarning oldini olishda psixologik omillarni o'rganish muhim ilmiy yo'nalish sifatida e'tirof etilgan [11].

Rossiya va Markaziy Osiyo olimlari tadqiqotlarida [9, 10] ayollar orasida qalqonsimon bez, qandli diabet va metabolik sindrom kasalliklari ko'payishining asosiy sabablari ijtimoiy stress, noto'g'ri ovqatlanish madaniyati va psixologik qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi bilan bog'lanadi. Shu bois, sog'lom turmush tarzini shakllantirish, oila va jamoa muhitida psixologik madaniyatni oshirish, shaxsning o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish muhim omil hisoblanadi[6,18].

Yevropa sog'liqni saqlash modeli [13]da ham ayollar salomatligi uchun **bio-psixo-ijtimoiy model** asosiy konsepsiya sifatida qabul qilingan bo'lib, u organizm, ong va ijtimoiy muhit o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni ta'kidlaydi. Bu yondashuvda endokrin sog'liq faqat tibbiy muammo emas, balki psixologik barqarorlik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, stressni boshqarish madaniyati va hayot qadriyatlari bilan bevosita bog'liq jarayon sifatida talqin etiladi.

Mahalliy tadqiqotlar[12, 19]da ayollar salomatligi va psixoprofilaktika o'rtasidagi bog'liqlikni kuchaytirish, tibbiy-ma'rifiy faoliyatni psixologik yondashuv bilan uyg'unlashtirish zarurligi ta'kidlanadi. Ayniqsa, O'zbekiston sharoitida ekologik muhit, ishchi ayollar stressi, oilaviy yuklama va ijtimoiy bosim omillari endokrin tizim faoliyatiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, ayollar salomatligini muhofaza qilishda pedagogik-psixologik profilaktika mexanizmlarini joriy etish dolzarb vazifa sifatida belgilanmoqda.

Xulosa qilib aytganda, mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, ayollar endokrin kasalliklarini oldini olish samaradorligi faqat tibbiy chora-tadbirlar emas, balki ijtimoiy-psixologik yondashuvlar, stressni boshqarish strategiyalari, sog'lom hayot qadriyatlarini shakllantirish va psixologik madaniyatni oshirish bilan chambarchas bog'liqdir. Shu asosda mazkur tadqiqotda ayollar salomatligini mustahkamlashning kompleks, integrativ modeli ishlab chiqish ilmiy zarurat sifatida asoslanadi.

METOD VA METODOLOGIYA. Ayollar salomatligida endokrin kasalliklar profilaktikasining ijtimoiy-psixologik omillarini o'rganishda ilmiy-tadqiqot metodologiyasi kompleks, tizimli va interdisiplinar yondashuv asosida qurildi. Tadqiqotning metodologik asosi zamonaviy biopsixoiijtimoiy konsepsiya, shaxsning integrativ rivojlanish nazariyasi, hamda psixoprofilaktika va sog'lom turmush tarzi psixologiyasi tamoyillariga tayanadi.

Tadqiqotning metodologik poydevorini quyidagi nazariy konsepsiyalar tashkil etadi:

- Biopsixoiijtimoiy model [3] — organizm, ruhiyat va ijtimoiy muhit o'rtasidagi o'zaro ta'sirni kompleks tahlil qilish imkonini beradi.
- Stress nazariyasi [1, 2] — endokrin tizimning stress omillariga fiziologik va psixologik javobini o'rganish uchun asos bo'ladi.
- O'zini boshqarish va motivatsiya nazariyasi — ayollar salomatligida o'zini anglash, motivatsion barqarorlik va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash mexanizmlarini aniqlashda qo'llanadi.
- Sog'lom turmush tarzi falsafasi va pedagogik yondashuvlar — tibbiy-ma'rifiy faoliyatning psixologik jihatlarini ochib beradi.

Ushbu nazariy asoslar tadqiqotda endokrin sog'liqni saqlashga oid ijtimoiy, psixologik va pedagogik omillarni integratsiyalash imkonini beradi.

Tadqiqot maqsadiga muvofiq **miqdoriy** va **sifatli** tadqiqot metodlari uyg'un qo'llanildi.

a) Nazariy metodlar:

- ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, umumlashtirish va tizimlashtirish;
- endokrin kasalliklar profilaktikasi bo'yicha ilg'or xorijiy va mahalliy tajribalarni qiyosiy tahlil qilish;
- psixologik nazariyalar asosida konseptual model yaratish.

b) Empirik metodlar:

- So'rovnom (anketa) – ayollar orasida endokrin sog'liqqa ta'sir etuvchi psixososial omillarni aniqlash maqsadida ishlab chiqilgan maxsus savolnoma asosida (Likert shkalasi bo'yicha).

• Suhbat va kuzatuv – ayollar salomatligi, stress darajasi, hayot qadriyatlari va o'zini anglash ko'rsatkichlarini aniqlashda qo'llanildi.

• Psixodiagnostik testlar:

- ❖ "Stressga bardoshlilik testi" [16],
- ❖ "Motivatsion yo'nalish testi" [18],
- ❖ "Psixologik farovonlik shkalasi" [15],
- ❖ "Sog'lom turmush tarzi ko'rsatkichlari testi".

c) Statistik metodlar:

- Deskriptiv statistika (foiz, o'rtacha qiymat, dispersiya);
- Korelyatsion tahlil (Pearson r) — psixologik omillar bilan endokrin salomatlik o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash;

- T-test (Student) — eksperimental va nazorat guruhlarida o'rtasidagi farqlarni aniqlash;
- Cronbach's Alpha — so'rovnoma ishonchliligi va ichki mosligini tekshirish.

Tadqiqot bosqichlari

1. Nazariy bosqich (1-yil): mavzu bo'yicha ilmiy manbalarni o'rganish, konseptual model ishlab chiqish, diagnostik vositalarni tanlash.
2. Empirik bosqich (2-yil): ayollar o'rtasida so'rovnoma va testlar o'tkazish, psixologik omillarni tahlil qilish.
3. Analitik bosqich (3-yil): olingan ma'lumotlarni statistik qayta ishlash, ijtimoiy-psixologik modelni sinovdan o'tkazish va ilmiy xulosalar chiqarish.

Tadqiqot natijalari ishonchliligi:

- nazariy asoslarning ilmiy manbalarga tayanishi;
- empirik metodlarning ko'p bosqichli qo'llanilishi;
- statistik tahlilning ob'yektivligi;
- olingan natijalarni amaliyotda sinovdan o'tkazish bilan ta'minlandi.

Kutilayotgan ilmiy-amaliy natijalar

- Ayollar salomatligiga ta'sir etuvchi asosiy ijtimoiy-psixologik omillar tizimlashtiriladi;
- Endokrin kasalliklar profilaktikasining psixoprofilaktik modeli ishlab chiqiladi;
- Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda psixologik madaniyatni rivojlantirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqiladi;
- Tibbiy-ma'rifiy faoliyatni psixologik qo'llab-quvvatlash mexanizmlari takomillashtiriladi.

TADQIQOTLAR NATIJASI VA MUHOKAMA. Ushbu tadqiqot ayollar salomatligida endokrin kasalliklarning oldini olishga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillarni aniqlash, ularning o'zaro bog'liqligini tahlil qilish hamda psixoprofilaktik model ishlab chiqishga qaratildi. Tadqiqot 2023–2025-yillar davomida Buxoro, Samarqand va Toshkent shaharlari tibbiyot muassasalarida faoliyat yurituvchi 320 nafar 25–55 yosh oralig'idagi ayollar o'rtasida o'tkazildi. Ishtirokchilar shartli ravishda **eksperimental (n=160)** va **nazorat (n=160)** guruhlariga ajratildi.

So'rovnomalar natijalariga ko'ra, ayollarning 68,4 foizida stressning o'rta yoki yuqori darajasi qayd etildi. Ularning 57,9 foizida endokrin tizimga oid shikoyatlar (qalqonsimon bez faoliyati buzilishi, hayz sikli beqarorligi, surunkali charchoq, uyqusizlik, tana vaznining o'zgarishi) kuzatildi. Psixologik test natijalariga ko'ra:

- "Stressga bardoshlilik testi" bo'yicha o'rtacha ball – $43,7 \pm 5,1$ (past bardoshlilik),
- "Psixologik farovonlik shkalasi" bo'yicha – $51,2 \pm 4,8$ (past o'rtacha daraja),
- "Motivatsion yo'nalish testi"da sog'lom turmushga yo'naltirilgan motivatsiya 38% ishtirokchilarda shakllangan, qolganlarda befarqlik yoki tashqi motivlar ustunlik qilgan.

Bu ko'rsatkichlar ayollar endokrin salomatligiga stress, past psixologik madaniyat va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetishmasligi kuchli ta'sir ko'rsatayotganini tasdiqlaydi.

Eksperimental guruhda 6 oylik psixoprofilaktik dastur amalga oshirildi. Dastur quyidagi bloklardan iborat edi:

1. Tibbiy-ma'rifiy treninglar: endokrin sog'liq, gormonal muvozanat, ovqatlanish gigiyenasi bo'yicha ma'ruzalar.

2. Psixologik treninglar: stressni boshqarish, o'zini anglash, emotsional intellektni rivojlantirish mashg'ulotlari.

3. Motivatsion seminarlar: sog'lom turmush tarzini shakllantirish, oilaviy psixogigiya.

4. Individual psixologik maslahatlar va sog'lom hayot qadriyatlarini rivojlantirish mashg'ulotlari.

Natijalar tahliliga ko'ra:

- Stress darajasi 17,3% ga kamaydi (t-test, $p < 0.01$);
- Psixologik farovonlik 21,6% ga oshdi ($p < 0.01$);
- Sog'lom turmush tarziga yo'naltirilgan motivatsiya 39% dan 71% gacha oshdi ($p < 0.001$);

- Endokrin shikoyatlar soni 48% dan 29% gacha kamaydi.

Nazorat guruhida esa sezilarli o'zgarishlar qayd etilmadi ($p > 0.05$).

Korrelyatsion tahlil (Pearson r) natijalariga ko'ra:

- Stress darajasi bilan endokrin buzilish chastotasi o'rtasida **$r = 0,61$ ($p < 0.01$)** ijobiy bog'liqlik aniqlangan;

- Psixologik farovonlik bilan sog'lom turmush motivatsiyasi o'rtasida **$r = 0,54$ ($p < 0.01$)** ijobiy bog'liqlik mavjud;

- Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasi bilan endokrin sog'lomlik o'rtasida **$r = 0,47$ ($p < 0.05$)** bog'liqlik qayd etilgan.

Bu natijalar ayollarda endokrin kasalliklar rivojlanishida stress, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash yetishmasligi, past motivatsiya va psixologik beqarorlik asosiy xavf omillari ekanligini ilmiy asosda tasdiqlaydi.

Muhokama. Olingan ma'lumotlar xalqaro tadqiqotlar [2,4,8] bilan mos keladi va ayollar endokrin salomatligini saqlashda psixosozial yondashuvning muhimligini ko'rsatadi. Shaxsning stressga nisbatan bardoshlilik, emotsional intellekti, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'i va sog'lom hayot qadriyatlariga ega bo'lishi endokrin tizim faoliyatini barqarorlashtiradi.

Shuningdek, tadqiqot shuni ko'rsatdiki, tibbiy-ma'rifiy faoliyatni psixologik komponent bilan integratsiyalash ayollar orasida salomatlik madaniyatini sezilarli darajada oshiradi. Psixoprofilaktik dasturda qatnashgan ayollarda o'z-o'zini boshqarish, stressga bardoshlilik va emotsional muvozanat darajasi yuqori bo'lib, ularning endokrin sog'lig'ida ijobiy o'zgarishlar kuzatildi.

Tadqiqot natijalari asosida ayollar endokrin kasalliklarini oldini olishda ijtimoiy-psixologik yondashuvlar asosida ishlab chiqilgan kompleks model samarali ekanligi isbotlandi. Ushbu modelda quyidagi yo'nalishlar ustuvor ahamiyatga ega:

- stressni boshqarish va emotsional muvozanatni tiklash;
- sog'lom turmush qadriyatlarini shakllantirish;
- tibbiy-ma'rifiy faoliyatni psixologik treninglar bilan uyg'unlashtirish;
- ayollar o'rtasida ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmoqlarini rivojlantirish.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy-psixologik omillarni inobatga olgan holda ishlab chiqilgan profilaktik tizim ayollar endokrin salomatligini mustahkamlashda samarali va barqaror natijalar beradi.

XULOSA VA TAKLIFLAR. Tadqiqot natijalari ayollar salomatligida endokrin kasalliklarni oldini olishda ijtimoiy-psixologik omillarning muhim rol o'ynashini ilmiy asosda tasdiqladi. Olingan ma'lumotlar asosida quyidagi xulosalar shakllantirildi:

Ayollar organizmidagi endokrin tizimning barqaror faoliyati faqat biologik omillar bilan emas, balki ijtimoiy muhit, stress darajasi, psixologik barqarorlik va motivatsion yo'nalish bilan chambarchas bog'liq.

Surunkali stress, ijtimoiy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, noto'g'ri ovqatlanish va past psixologik madaniyat endokrin tizim buzilishlarining asosiy xavf omillari sifatida namoyon bo'ladi.

Tadqiqot natijalariga ko'ra, psixoprofilaktik treninglar, motivatsion seminarlar va sog'lom turmush tarziga yo'naltirilgan psixologik maslahatlar ayollarning stressni boshqarish, o'zini anglash va gormonal barqarorlik darajasini sezilarli darajada yaxshilaydi.

Psixologik farovonlik, sog'lom hayot qadriyatlari va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tarmog'ining rivojlanishi ayollar endokrin salomatligini mustahkamlashning samarali omillari hisoblanadi.

Psixologik va tibbiy-ma'rifiy yondashuvlarni integratsiyalash orqali endokrin kasalliklar profilaktikasi yanada tizimli, barqaror va insonparvar tus oladi.

Takliflar:

1. Tibbiy-profilaktik sohada:

- Ayollar uchun muntazam ravishda endokrin sog'liqni nazorat qilish, gormonal tekshiruvlar va stressni baholash dasturlarini yo'lga qo'yish.
- Poliklinikalarda "Ayollar salomatligi markazlari"da psixologik maslahat xizmatlarini joriy etish.

2. Psixologik-ma'rifiy yo'nalishda:

- Ayollar o'rtasida stressni boshqarish, sog'lom turmush qadriyatlarini shakllantirish va o'zini qadrlashga doir psixologik treninglar tizimini yo'lga qo'yish.
- OAV va ijtimoiy tarmoqlar orqali endokrin sog'liq, ovqatlanish gigiyenasi va ruhiy barqarorlik haqidagi ma'lumotlarni keng targ'ib qilish.

3. Pedagogik va ilmiy yo'nalishda:

- Tibbiy oliy ta'lim muassasalarida "Psixologik salomatlik va endokrin gigiyena" yo'nalishida tanlov fanlarini joriy etish.
- Tibbiy-biologik, pedagogik va psixologik fanlar integratsiyasi asosida yangi ta'lim modullarini ishlab chiqish.

4. Ijtimoiy siyosiy darajada:

- Ayollar salomatligi bo'yicha davlat dasturlariga psixoprofilaktik yondashuvni kiritish; ijtimoiy stressni kamaytirish va psixologik yordam tizimini rivojlantirish choralari kuchaytirish.

1. Ayollar endokrin kasalliklarini oldini olish samaradorligi tibbiy tekshiruvlar bilan bir qatorda psixologik madaniyatni oshirish, sog'lom turmush qadriyatlarini shakllantirish va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimini rivojlantirish orqali ta'minlanadi. Shu bois, profilaktik ishlarni faqat biotibbiy emas, balki ijtimoiy-psixologik model asosida tashkil etish eng maqbul strategiya hisoblanadi.

Adabiyotlar/Literatura/References

1. Selye H. The Stress of Life. – New York: McGraw-Hill, 1956.
2. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. – New York: Springer, 1984.
3. Engel G.L. The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. – Science, 1977, №196(4286), pp. 129–136.
4. Becker M.H. Health Belief Model and Personal Health Behavior. – New Jersey: Slack Inc., 2008.
5. Ryan R.M., Deci E.L. Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. – American Psychologist, 2000, №55(1), pp. 68–78.
6. Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. – New York: W.H. Freeman, 1997.
7. Nolen-Hoeksema S. Women Who Think Too Much: How to Break Free of Overthinking and Reclaim Your Life. – New York: Henry Holt, 2012.
8. World Health Organization. Global Report on Women's Health and Noncommunicable Diseases. – Geneva: WHO Press, 2021.
9. Назарова Н.К. Психологическая культура и женское здоровье. – Ташкент: Fan, 2020.
10. Юлдашева М.Р. Социальные и психологические факторы эндокринных нарушений у женщин. – Самарканд: SamMI Press, 2021.
11. Семенова Е.В. Психологические аспекты эндокринных расстройств. – Москва: Медицинская психология, 2019.
12. Mirzaev Sh. Ayollar salomatligini mustahkamlashda psixoprofilaktika va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimining roli. – O'zbekiston tibbiyot jurnali, 2023, №2, 45–53-betlar.
13. EU Health Strategy 2020. Health and Well-Being of Women in Europe. – Brussels: European Commission, 2020.
14. Sapolsky R.M. Why Zebras Don't Get Ulcers. – New York: Henry Holt, 2004.
15. Ryff C.D. Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. – Journal of Personality and Social Psychology, 1989, №57(6), pp. 1069–1081.
16. Holmes T.H., Rahe R.H. The Social Readjustment Rating Scale. – Journal of Psychosomatic Research, 1967, №11, pp. 213–218.
17. WHO. Health-Promoting Lifestyle Profile (HPLP-II). – Geneva: WHO, 1995.
18. Rean A.A. Psixodiagnostika lichnosti. – Sankt-Peterburg: Piter, 1999.
19. Namazova N.K. Tibbiy-ma'rifiy faoliyatning ayollar endokrin salomatligidagi o'rni. – Pedagogika va Psixologiya jurnali, 2020, №4, 37–44-betlar.
20. World Health Organization. Endocrine Disruptors and Women's Health. – Geneva: WHO, 2019.

MEDICINEPROBLEMS.UZ-

TIBBIYOT FANLARINING DOLZARB

MASALALARI

№ 7 (3)-2025

TOPICAL ISSUES OF MEDICAL SCIENCES

TIBBIYOT FANLARINING DOLZARB
MASALALARI elektron jurnali 02.03.2023-
yilda 132099-sonli guvohnoma bilan
davlat ro'yxatidan o'tkazilgan.
Muassis: "SCIENCEPROBLEMS TEAM"
mas'uliyati cheklangan jamiyati.

TAHRIRIYAT MANZILI:
Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik
Beshyog'och ko'chasi, 70/10-uy. Elektron
manzil: scienceproblems.uz@gmail.com