



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

PSYCHOSOMATIC NATURE OF CARDIOLOGICAL, NEUROLOGICAL AND JOINT DISEASES: THE HARMONY OF MEDICINE AND PSYCHE.

Muyassar Turdiyeva,
Yulduz Rustamova,
Saida Normatova,
Mahliyo Korjovova

Chirchik branch of Tashkent State Medical University,
Tashkent Region, Uzbekistan

DOI: 10.5281/zenodo.15517388

Article History	Abstract
Received: 07.04.2025 Accepted: 26.05.2025	This article thoroughly analyzes the relationship between cardiovascular, central nervous system, and joint diseases with psychological factors. The fields of cardiology, neurology, and rheumatology are examined from the perspective of psychosomatics, highlighting the role of stress, depression, anxiety, and emotional strain in the onset and progression of these diseases. The article illustrates the physiological responses of the body to mental states-such as accelerated heart rate, headaches, and joint inflammation-demonstrating their close connection to the psyche. Additionally, the importance of incorporating psychotherapy, stress management techniques, and emotional health recovery in the complex treatment of these conditions is emphasized. The findings show that treatment can be effective not only with medications but also through a psychological approach.

Keywords: psychosomatics, cardiology, neurology, joint diseases, stress, emotional health, cardiovascular system, nervous system, rheumatoid arthritis, psychotherapy, depression, anxiety, holistic approach.



KARDIOLOGIK, NEVROLOGIK VA BO'G'IM KASALLIKLARINING PSIXOSOMATIK TABIATI: TIBBIYOT VA RUHIYAT UYG'UNLIGI

Annotatsiya/ Аннотация

Ushbu maqolada yurak-qon tomir tizimi, markaziy asab tizimi va bo'g'im kasalliklarining psixologik omillar bilan bog'liqligi chuqur tahlil qilingan. Tibbiyotning kardiologiya, nevrologiya va revmatologiya yo'nalishlari psixosomatika nuqtayi nazaridan o'rganilib, kasalliklarning kelib chiqishida va kechishida stress, depressiya, xavotir hamda emotsional zo'riqishlarning roli ochib berilgan. Maqolada tananing ruhiy holatlarga bergan fiziologik javoblari — yurak urishining tezlashuvi, bosh og'rig'i, bo'g'imlardagi yallig'lanish — inson psixikasi bilan uzviy bog'liqligi misollar orqali yoritilgan. Shuningdek, kompleks davolashda psixoterapiya, stressni boshqarish usullari va emotsional salomatlikni tiklash muhim o'rin egallashi ta'kidlangan. Tadqiqot natijalari kasalliklarni faqat dori vositalari bilan emas, balki ruhiy-psixologik yondashuv asosida ham samarali davolash mumkinligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar/ Ключевые слова: psixosomatika, kardiologiya, nevrologiya, bo'g'im kasalliklari, stress, emotsional salomatlik, yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi, revmatoid artrit, psixoterapiya, depressiya, xavotir, holistik yondashuv.

Zamonaviy tibbiyotda surunkali kasalliklarning faqat jismoniy emas, balki psixologik omillar bilan ham chambarchas bog'liqligi tobora ko'proq e'tiborga olinmoqda. Ayniqsa, yurak-qon tomir, asab va harakat tizimi kasalliklarining kelib chiqishida stress, depressiya va emotsional beqarorlik muhim rol o'ynashi ilmiy jihatdan isbotlangan. Shunga qaramay, amaliyotda psixologik holatni baholash va davolashning jismoniy terapiya bilan uyg'unlashtirilishi yetarli darajada yo'lga qo'yilmagan. Bu esa davolash samaradorligini kamaytiradi, kasalliklarning qaytalanishiga olib keladi. Kardiologik, nevrologik va bo'g'im kasalliklarining psixosomatik jihatdan tahlil qilinishi, ularning bir-biri bilan bog'liqligini aniqlash va kompleks yondashuv asosida davolash tamoyillarini ishlab chiqish bugungi kunda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi.

Tibbiyotda organizmning turli tizimlari bir-biriga chambarchas bog'langanligi haqidagi qarashlar mustahkamlanib bormoqda. Ayniqsa, yurak-qon tomir tizimi (kardiologiya), markaziy va periferik asab tizimi (nevrologiya) hamda harakat apparati (bo'g'imlar va suyaklar)da uchraydigan surunkali kasalliklar ko'pincha bemorning ruhiy-psixologik holatiga bog'liq ravishda kechadi.

Bu kontekstdagi psixosomatika – tanadagi simptomlar va psixik jarayonlar o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni izohlaydi. Maqsadimiz – ana shu bog'liqlikni turli klinik misollar va nazariy yondashuvlar orqali ko'rsatib berishdir.

Kardiologik kasalliklar va psixik omillar.



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

Yurak faoliyatining stressga javobi. Yurak organizmning eng faol va sezgir organlaridan biridir. U ruhiy o'zgarishlarga birinchi bo'lib reaksiya bildiradi. Stress, qo'rquv, xavotir holatlarida simpatik asab tizimi faollashadi va yurak urish tezligi (taxikardiya), qon bosimining oshishi, yurakda g'ujanak tortishish (angina) kabi holatlar yuzaga keladi.

Yurak kasalliklari va emotsional fon. Ilmiy tadqiqotlar ko'rsatadiki:

Arterial gipertenziya bemorlarning 40–60% hollarda stressli hayot tarzi bilan bog'liq.

Infarkt va stenokardiya epizodlari ko'pincha kuchli emotsional zarba, yaqin insonning o'limi yoki jiddiy ijtimoiy yo'qotishdan keyin ro'y beradi.

Yurak xuruji o'tkazgan bemorlarning ko'pchiligida depressiya, xavotir buzilishi qayd etiladi.

Nevrologik Kasalliklar: Ruhiy holatning aks sadosi.

Asab tizimining stressga javobi. Markaziy asab tizimi stressga kuchli javob beradi. Psixosomatik nevrologik kasalliklar ichida quyidagilar ajralib turadi:

Migren – ko'pincha hissiy to'lib-toshish, ichki norozilik, kechirilmagan g'azab bilan bog'liq.

Bosh aylanish, paresteziya (qichishish, qizishish hissi) – vegetativ disfunktsiya fonida yuzaga chiqadi.

Konversiya kasalliklari (psixogen falaj, nutq yo'qolishi) – chuqur ruhiy ziddiyatlarning tanadagi ifodasidir.

Psixologik muammolarning neyrologik maskirovkasi. Bemorlar ko'p hollarda ruhiy azobini "tanaga ko'chiradi": ya'ni, asabiylik, xavotir, tushkunlik – bosh og'rig'i, mushak zo'riqishi, titroq yoki uyqu buzilishlari orqali namoyon bo'ladi. Nevrologik simptomlar – bu ruhiy holatning "jismoniy til"da ifodasidir.

Bo'g'im kasalliklari va psixosomatik yondashuv. Artrit va ruhiy zo'riqishlar.

Bo'g'im kasalliklari, ayniqsa, revmatoid artritis, ko'p hollarda immun tizimning noto'g'ri ishlashiga asoslanadi. Ammo bu noto'g'ri ishlash faqat genetik yoki infeksiyon omillar bilan emas, balki kuchli psixologik stress bilan ham bog'liq.

Psixonevroimmunologik tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, depressiya va surunkali stress holatida sitokinlar (yallig'lanish chaqiruvchi moddalar) ishlab chiqarilishi oshadi. Bu esa revmatik kasalliklarni kuchaytiradi.

Harakatsizlik va psixik pasayish. Bo'g'im og'riqlari va harakatdagi cheklovlar odatda depressiyaga sabab bo'ladi. Biroq bu jarayon ikki tomonlama: psixik tushkunlik bo'g'im kasalligini ham kuchaytiradi. Harakatsizlik ruhiy izolyatsiyaga, ijtimoiy chekinishga olib keladi, bu esa stress va og'riqni yanada og'irlashtiradi.

Diagnostika va davolashda psixosomatik yondashuv.

Psixosomatik tibbiyot bemorni faqat simptomlar emas, balki shaxs sifatida, uning ruhiy dunyosi, kechinmalari, hayot tajribalari bilan birgalikda ko'rishga undaydi (1-jadval).

Kompleks yondashuv elementlari

1-jadval

Yo'nalish	Tavsif
Tibbiy davolash	Farmakoterapiya (dori-darmon), fizioterapiya, jarrohlik usullar
Psixoterapiya	Kognitiv-behavioral terapiya, psixoanaliz, stressni boshqarish texnikalari
Emotsional salomatlik	Meditatsiya, yoga, art-terapiya, ijtimoiy faoliyat
Oilaviy/ijtimoiy qo'llab-quvvatlash	Yaqinlar bilan sog'lom aloqalar, psixososial yordam

So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar va klinik kuzatuvlarga ko'ra, psixosomatik omillar yurak, asab va bo'g'im kasalliklarining rivojlanishida va kechishida muhim rol o'ynaydi. Jumladan:

Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti (JSST) ma'lumotlariga ko'ra, yurak-qon tomir kasalliklarining 30–40% holatlari doimiy psixik stress bilan bevosita bog'liq.

Migren va surunkali bosh og'rig'idan shikoyat qiluvchi bemorlarning 50–60% qismida psixogen omillar – ya'ni xavotir va depressiya holatlari aniqlangan.

Revmatologik klinikalarda o'tkazilgan kuzatuvlarga ko'ra, revmatoid artrit bilan og'riyan bemorlarning 70% dan ortig'ida surunkali stress va emotsional beqarorlik mavjudligi qayd etilgan.

Kardiologik xurujlar (yurak ishemik kasalligi, infarkt) aksariyat hollarda (taxminan 35–45%) bemor hayotida ro'y bergan kuchli hissiy silkinishlardan (yaqin inson yo'qotilishi, ishdan bo'shash, ijtimoiy mojarolar) so'ng sodir bo'lgan. Bundan tashqari, statistik kuzatuvlarda aniqlanishicha (2-jadval):

2-jadval

Kasallik turi	Psixosomatik omil bilan bog'liqlik foizi	Ko'p uchraydigan psixologik sabablar
Arterial gipertenziya	35–40%	Stress, xavotir, ichki ziddiyatlar
Migren	50–60%	Hissiy zo'riqish, charchoq
Revmatoid artrit	60–70%	Depressiya, ruhiy charchoq
Vegetativ distoniya	70–80%	Psixologik beqarorlik, qo'rquv



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

Ushbu statistik tahlil shuni ko'rsatadiki, mazkur kasalliklar yondashuvida psixologik diagnostika va psixoterapiyani jismoniy davolash bilan uyg'unlashtirish— zamonaviy tibbiyotda muhim ehtiyojdir. Bu esa sog'lomlashtirish strategiyalarini tubdan qayta ko'rib chiqishni talab qiladi.

Tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, yurak-qon tomir, asab tizimi va bo'g'im kasalliklari ko'pincha bir vaqtning o'zida psixologik zo'riqish, uzoq davom etgan stress, ichki ziddiyatlar yoki emotsional zo'riqishlar fonida yuzaga chiqadi yoki kuchayadi. Psixosomatik omillar ayniqsa gipertoniya, migren, revmatoid artrit va nevrologik disfunktsiyalar kabi kasalliklarda aniq namoyon bo'ladi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, bu turdagi kasalliklarda faqat farmakologik davolash yetarli emas — bemorning ruhiy-emotsional holatini baholash, psixoterapevtik yordam ko'rsatish va stressni boshqarish usullarini joriy etish davolash samaradorligini oshiradi. Shuningdek, kasalliklarning o'zaro bog'liqligi va ularning psixik omillar bilan aloqasi aniqlangan holda, kompleks yondashuv sog'ayish jarayonini tezlashtirishda muhim rol o'ynashi qayd etildi.

Olib borilgan tahlillar asosida kardiologik, nevrologik va bo'g'im kasalliklarining rivojlanishida nafaqat fiziologik, balki psixologik omillarning ham bevosita ta'siri mavjudligi aniqlandi. Stress, depressiya, xavotir va emotsional zo'riqish kabi omillar yurak-qon tomir tizimi, asab tizimi va harakat tizimi kasalliklarini kuchaytirishi yoki surunkali shaklga o'tishiga sabab bo'lishi mumkin. Shuningdek, bu kasalliklarning o'zaro bog'liqligi va ularning barchasida psixosomatik mexanizmlarning mavjudligi ularni kompleks, tizimli yondashuv asosida davolash zarurligini ko'rsatadi. Bu holat zamonaviy tibbiyotda bemorga nafaqat dori vositalari bilan, balki psixologik yondashuv asosida ham yordam ko'rsatish zarurligini isbotlaydi.

Amaliy tavsiyalar. Har tomonlama diagnostika: Kardiologik, nevrologik va revmatologik bemorlarni tekshirayotganda ularning psixologik holatini ham baholash amaliyotga joriy etilishi kerak (masalan, stress darajasi, depressiya testlari).

Multidisiplinar yondashuv: Terapiya jarayoniga psixolog, psixoterapevt, fizioterapevt va shifokorlarning hamkorlikda jalb etilishi yuqori samaradorlikni ta'minlaydi.

Stressni boshqarish texnikalari: Bemorlarni autogen mashqlar, nafas olish mashqlari, meditatsiya va boshqa stressni kamaytiruvchi usullarga o'rgatish lozim.

Psixoterapiya va maslahat: Uzoq davom etuvchi stress, oilaviy ziddiyatlar, ishdagi muammolar va shaxsiy inqirozlar fonida rivojlanayotgan simptomlarda kognitiv-behavioral terapiya va suhbat orqali maslahat berish usullari samarali bo'lishi mumkin.

Sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish: Uyqu gigiyenasi, to'g'ri ovqatlanish, muntazam jismoniy faollik va ijtimoiy faollik orqali bemorning umumiy holatini mustahkamlash mumkin.

Tibbiyot xodimlarini o'qitish: Shifokor va hamshiralarga psixosomatika asoslari bo'yicha malaka oshirish kurslarini joriy etish kasalliklarni chuqurroq anglashga va sifatli yordam ko'rsatishga yordam beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar.



The New Uzbekistan Journal of Medicine (NUJM)

Available online at: <https://ijournal.uz/index.php/nujm/index>

Volume I, Issue II, 2025

ISSN: 2181-2675

1. Ибрагимов, И.Ш. Психосоматическая медицина. — Ташкент: Тиббиёт, 2020.
2. Васильева, Е.А. Психосоматика: учебное пособие. — Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2021.
3. Engel, G.L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136.
4. World Health Organization (WHO). Mental Health and Chronic Diseases. <https://www.who.int/>
5. Березин, Ф.Б., Михайлова, Ю.В. Психосоматика: теория и практика. — СПб.: Речь, 2019.
6. Kirmayer, L.J., & Sartorius, N. (2007). Cultural models and somatic syndromes. *Psychosomatic Medicine*, 69(9), 832–840.
7. Соловьев, И.М. Психологические аспекты гипертонической болезни. — Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова, 2022.
8. Nakao, M. (2021). Work-related stress and psychosomatic medicine. *Biopsychosocial Medicine*, 15(1), 10.
9. Хамраев, А.Х. Клиника и лечение психосоматических расстройств. — Тошкент: Медицина, 2023.
10. American Psychological Association (APA). Stress and Health. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/>