

# **3-ma'ruza**

**Psixodiagnostika,  
psixoterapiya,  
psixofarmakoterapiya**

**Prof. Ibodullayev  
Zarifboy Rajabovich**

**[www.asab.uz](http://www.asab.uz)**

# Ma'ruzaning asosiy vazifalari

1

- Psixodiagnostika

2

- Psixoterapiya

3

Psixofarmakoterapiya

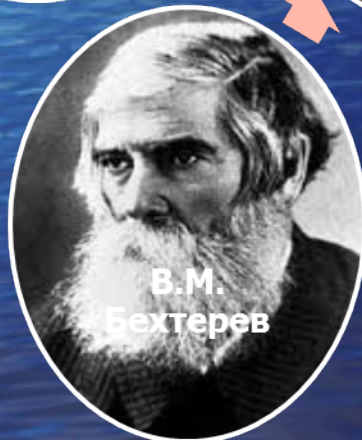


# Dori bilan davolashga haddan tashqari berilmadikmi?





# Buyuk psixoterapevtlar

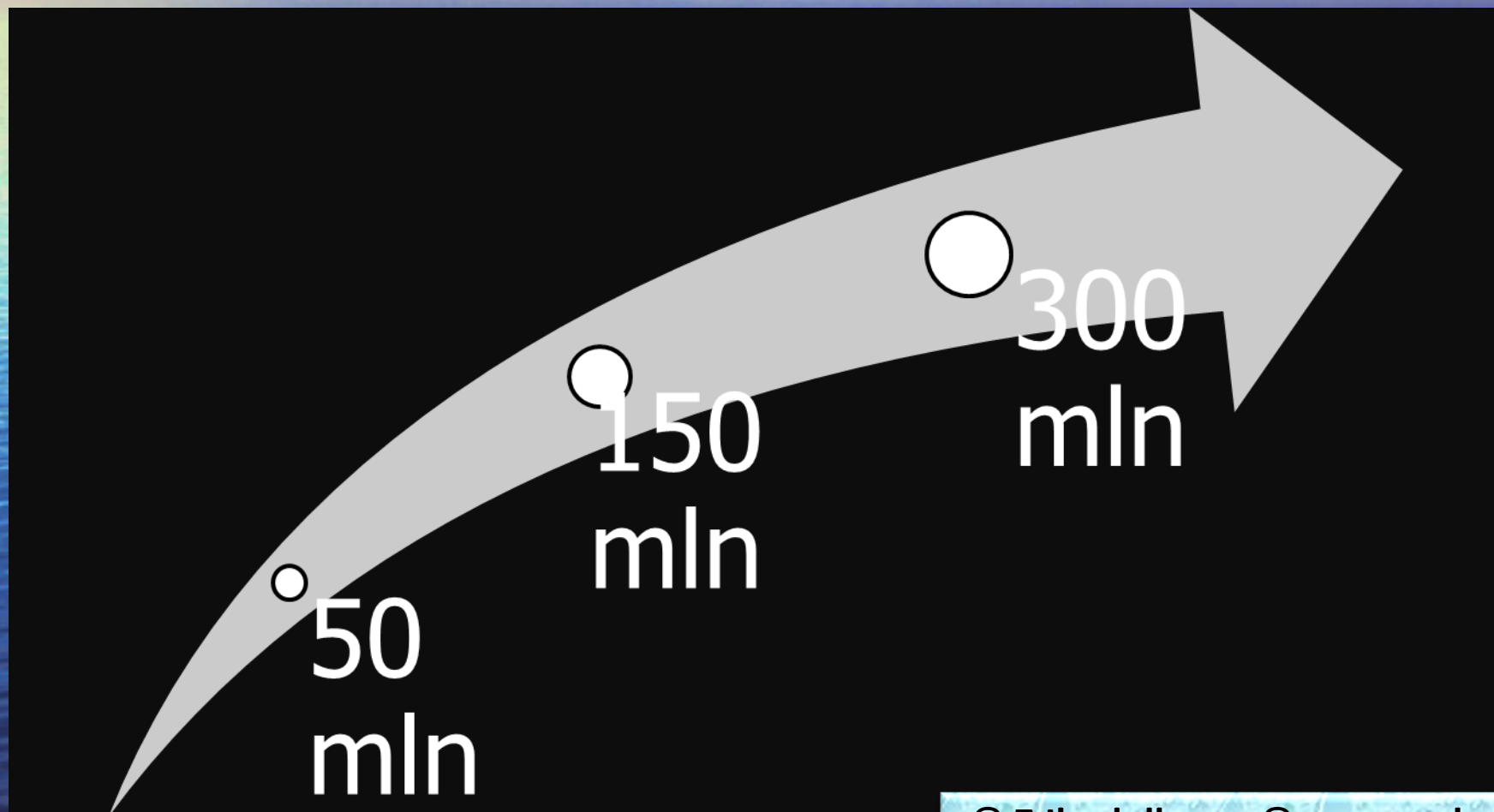




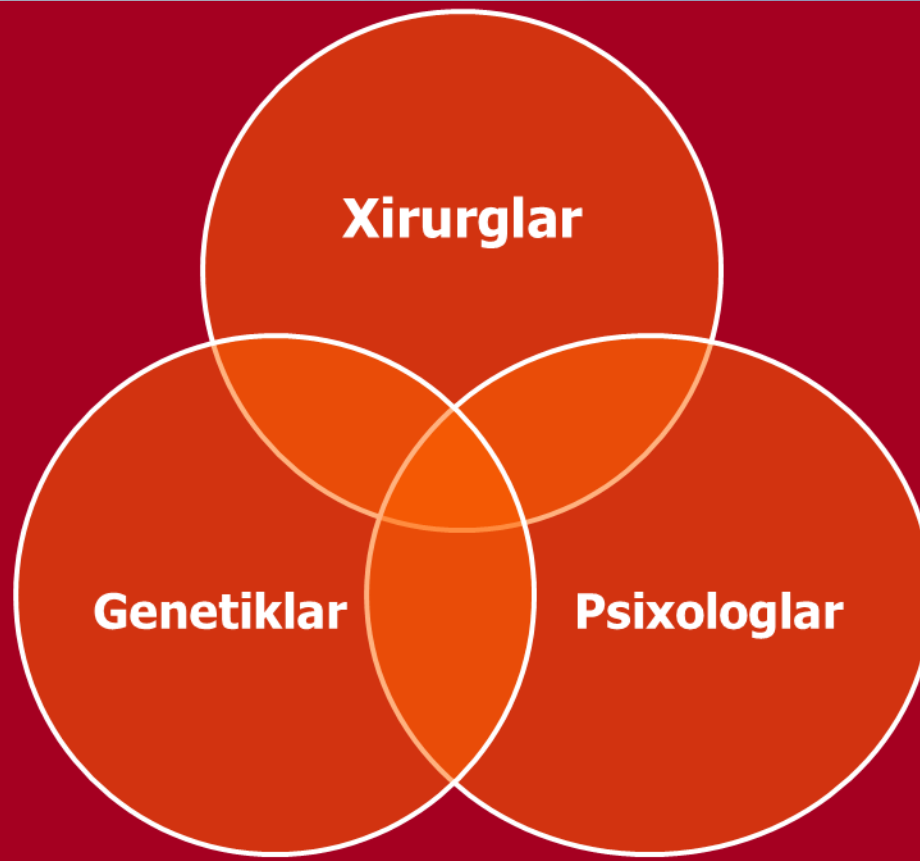
# Buyuk nevrolog J.M. Sharko isterik bemorni vrachlarga havola qilmoqda



# 2000-2018-yillarda depressiya bilan ro'yxatga olinganlar soni



# Kelajakda qaysi kasb ilgari lab ketadi?





# DORI BILAN DAVOLASH YAQIN KELAJAKDA INQIROZGA UCHRAYDI! CHUNKI...

1

- Genetik davolash usullari jadal kirib keladi!
- Nanomeditsina bugungi tibbiyotni chetga suradi!

2

- Psixodinamik terapiya keskin rivojlanadi!
- Biofiziklar bizga yordam bera boshlaydi!

3

- Noinvaziv xirurgiya yanada jadal rivojlanadi!
- Profilaktik meditsina kuchayadi!

# QAYSI KASALLIKLAR KO'PAYADI-YU, QAYSILARI KAMAYIB BORADI?



DEPRESSIYA, NEVROZ  
VA PSIXOZLAR  
KO'PAYIB BORADI!



BARCHA TERAPEVTIK  
VA XIRURGIK  
KASALLIKLAR KAMAYIB  
BORADI!

# Aslida qanday davolash kerak?





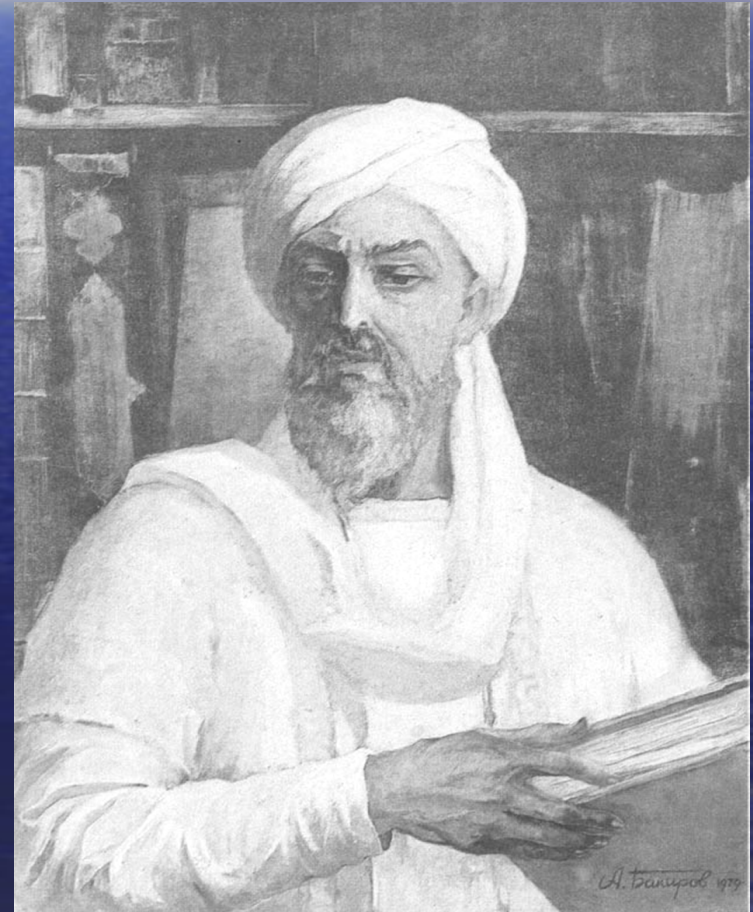
**Soʻz – bu buyuk kuch!**

**PSIXODIAGNOS  
TIKA**

**PSIXOTERAPI  
YA**

# Sharq - psixoterapiya vatani!

- **Ibn Sino – juda koʻp psixoterapevtik usullarni ishlab chiqqan va qoʻllagan.**
- **Bu usullarni yevropalik olimlar boshqa rakursda shakllantirib oʻzlariniki qilib olishgan.**



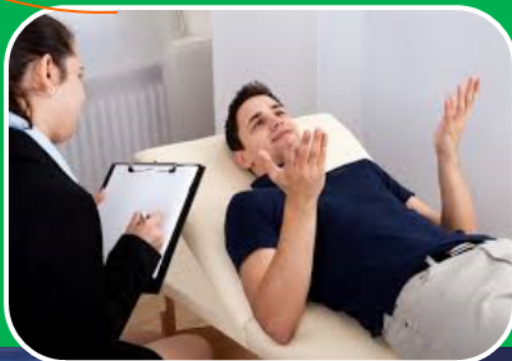
# Psixodiagnostika nima?

- Insondagi mavjud kasalliklarni soʻz orqali aniqlab tashxis qoʻyishga psixodiagnostika deb aytiladi.





# Bemor psixolog oldida o'zini erkin tutishi kerak...



# Psixolog kabinetini qanday bo'lishi kerak?



# Psixodiagnostika usullari

1. Suhbat qurish

2. Kuzatish

3. Psixologik testlar



# Yordamchi psixodiagnostika usullarining asosiylari

Bemor o'zi to'ldiradigan so'rovnomalar



Psixolog bemor ma'lumotlariga asoslanib to'ldiradigan testlar



Psixologik eksperimentlar

# Psixoterapevtik suhbat o`tkazish qoidasi



Suhbat o`rtacha 45 daqiqa davom etishi.  
Birinchi kuni asosan bemor so`zlaydi, psixolog tinglaydi.



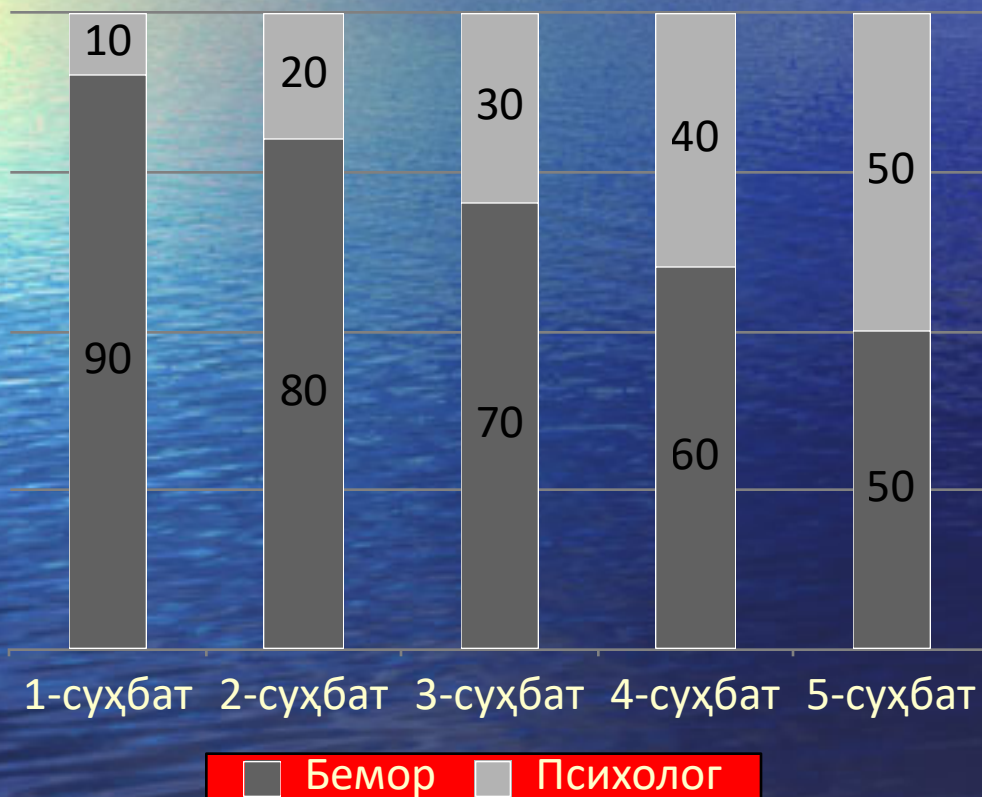
Psixologik suhbatlar orasi 3-5 kun.  
Bemorning yaqinlari bilan uchrashish.



Suhbatlar soni 8-10 marotaba bo`lishi.  
Butunlay davolashga 30-45 kun ketadi.

# Dastlabki 5 ta suhbat – psixodiagnostika davri

«Asosan bemor soʻzlasin» qoidasiga amal qiling!



**Bemor va psixolog orasida 45 daqiqani taqsimlash (%)**

**1-suhbat – 90+10**

**2-suhbat – 80+20**

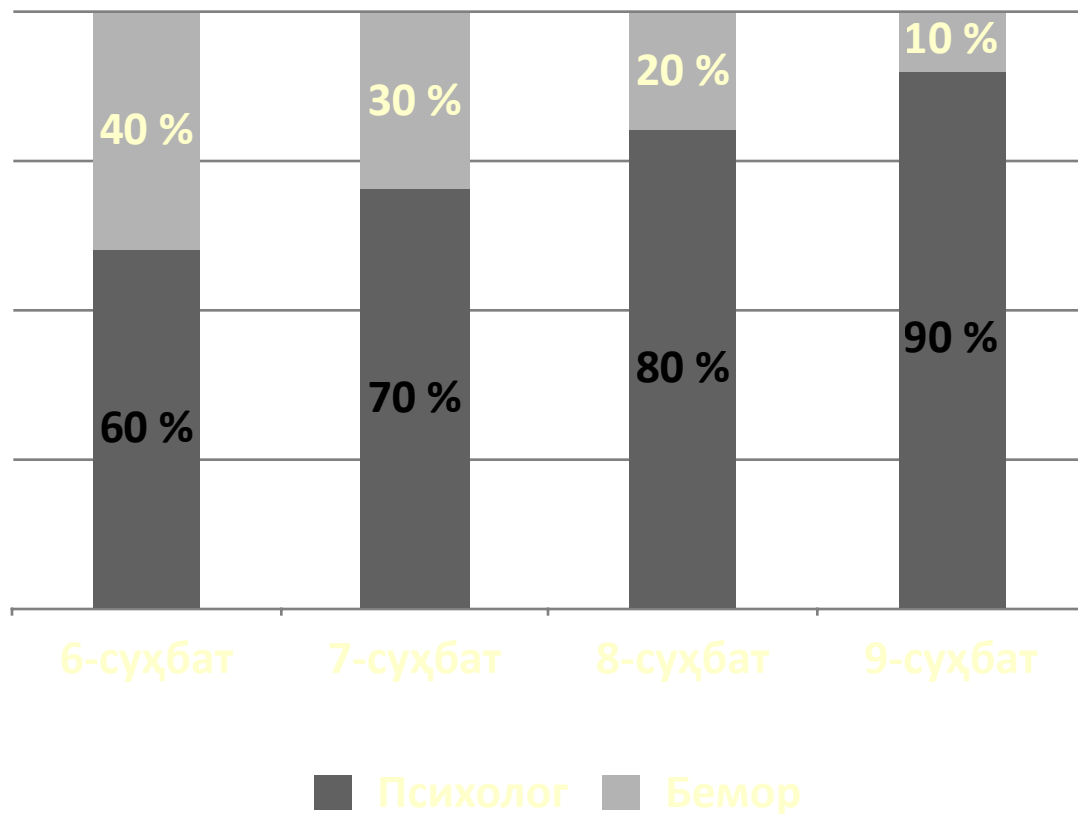
**3-suhbat – 70+30**

**4-suhbat – 60+40**

**5-suhbat – 50+50**



# Keyingi 5 ta suhbat – psixoterapiya davri



Endi psixologga ko'proq vaqt ajratiladi (%)

- 6-suhbat – 60+40
- 7-suhbat – 70+30
- 8-suhbat – 80+20
- 9-suhbat – 90+10
- 10-suhbat – asosiy tavsiyalar bilan tugaydi.

# Esda tuting!

- **Psixologik suhbatlar soni 8-10 ta bo'lishi shart emas. Vaziyatga qarab ularning soni 3 yoki 5 ta bo'lishi mumkin.**



# Qachon psixologik suhbatlar soni 8-10 ta bo'lishi mumkin?

- Xarakter korreksiyasi
- Surunkali depressiyalar
- Oilaviy majoralar
- Ipoxondriya, isteriya
- Yaqinlarini yo`qotish
- Ish bilan bog`liq stresslar
- Alkologizm, narkomaniya





# Bo'lajak psixologga maslahatlar



**1. O'zingizni o'ta aqlli va dono qilib ko'rsatmang. Bemorga buning qizig'i yo'q.**



**2. Bemorning hamma gapiga ham ishonavermang! Ba'zilar psedolog bo'lishadi.**



**3. Bemor bajara olmaydigan maslahatlar bermang. Oqibati yomon bo'lishi mumkin.**

# Bo'lajak psixologga maslahatlar



- Bemorga achinish hissi bilan qaramang



- Bemor o'zini jabrdiyda qilib ko'rsatishni xush ko'radi



- Bemorning yaqinlari bilan suhbat quring

# Psixoterapiya nima?

- Insonda mavjud boʻlgan patologik holatlar va kasalliklarni soʻz orqali davolashga psixoterapiya deb aytiladi.



# Psixoterapiya usullari

Individual



Jamoaviy



# Psixoterapiya yo`nalishlari

Ratsional psixoterapiya  
Kognitiv psixoterapiya

Psixodinamik terapiya  
Gipnoterapiya

Geshtaltterapiya  
Bixeviorizm

# Ratsional psixoterapiya – bu...

- Bemorda kechayotgan psixosomatik buzilishlarning asl sababi uning hissiyotida aks etayotgani va uni bemor o'z fikrlari bilan bermalol boshqarishi mumkinligini izohlab beruvchi yo'nalish.
- Psixologik usullar orqali bosqichma-bosqich bemorga uning kasalligi sabablari, bu simptomlar nega yuzaga kelganligi, uni bartaraf etishda o'z imkoniyatlaridan to'laqonli foydalanish mumkinligi bemorga tushuntirib beriladi. Qo'lga kiritilgan har bir muvaffaqiyat rag'batlantirib boriladi.



# Kognitiv psixoterapiya – bu...

- Bemorda aslida yoʻq boʻlgan kasallik alomatlari gʻayritabiiy tarzda uning fikrida aks etgan. Kognitiv psixoterapiya asoschilari kasallik haqidagi fikrlarni sogʻlom fikrlar bilan oʻzgartirish va ular yordamida miyaga oʻrnashib qolgan turli simptomlarni bartaraf etish mumkinligini ilgari surishadi. Kognitiv psixoterapiya uslubi ratsional psixoterapiyaga oʻxshab ketadi.

# Psixodinamik terapiya – bu ...

- Ego, Id va Super-Ego orasidagi ziddiyatlar yechimini topish orqali davolovchi psixoterapevtik usul. Bu usulni psixoanalitik o`tkazadi.



# Psixoanalitik nimaga urg'u beradi?

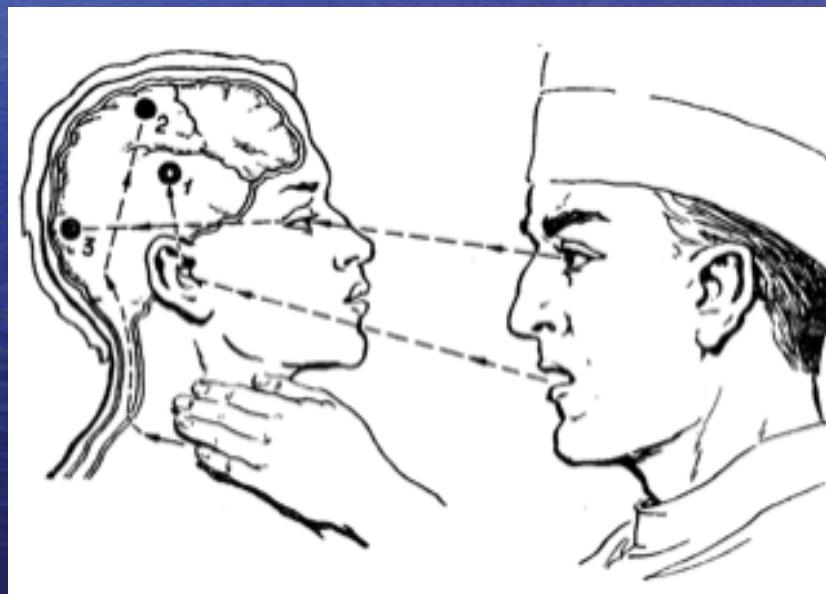
- Bolalik davrida olingan va ong ostiga tiqishtirilgan ruhiy jarohatlar katta yoshda xulq-atvor o'zgarishlari va psixosomatik buzilishlar bilan namoyon bo'ladi.





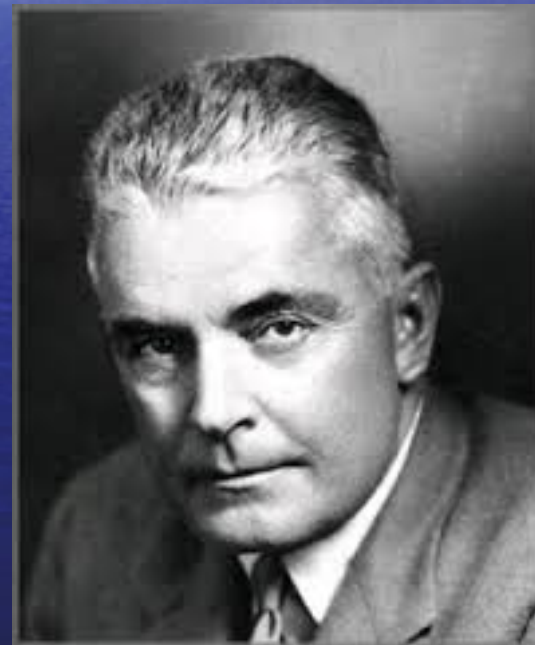
# Gipnoterapiya – bu...

- Bemorni somnambuliya bosqichiga tushirib davolash usuli boʻlib, qadimdan qoʻllab kelinadi. Kasallik alomatlari bemorni uxlatib, yoʻq qilinadi.



# Erikson gipnozi nima?

- Erikson gipnozi klassik gipnozdan shunisi bilan farq qiladiki, bunda bemor trans holatiga tushiriladi va kasallik alomatlarini bartaraf etib boriladi. Gipnozning bu usulini o'zlashtirish oson.



**Milton Erikson**  
1901-1980, AQSH

# Geshtaltterapiya – bu ....

“Geshtalt” degani nemis tilidan “shakl, tur” degan ma'noni anglatadi. Bemor psixolog kabinetida yonida turgan bo'sh stulga o'zi yoqtirgan yoki yoqtirmaydigan odamni fikran o'tqazadi. U o'zini to'la erkin qo'yib, o'sha “shaxs” bilan suhbatlashadi, tortishadi, bahslashadi. Psixolog esa uni chetdan kuzatib turadi. Bu psixologik tajriba psixolog tomondan muhokama qilinadi va aniq strategiya ishlab chiqiladi.



# **Bixeviorizm – bu xulq-atvor haqidagi fan**

- Psixolog insonning ongi bilan emas, xulq-atvori bilan shug'ullanishi kerak (Uotson).
- Insonning har qanday xatti-harakati – bu tashqi stimulyat hosilasidir.
- Bixeviorizm hozirda bolalar xulq-atvorini o'rganishda va korreksiya qilishda ko'p qo'llaniladi.

# Psixofarmakoterapiya

- Psixogen buzilishlarni farmakologik dorilar bilan **psixofarmakoterapiya** deb ataladi.

# Nima yaxshi?

X.F. Gufelyand (1762-1836):  
«Bitta vrach davolasa yaxshi,  
ikkitasiga ham chidasa bo'ladi,  
lekin uchitasi – bu dahshat!»



# Psixofarmakoterapiya qachon shakllandi?

- Dastlabki psixotrop dorilar XX asrning 50-yillarida ishlab chiqarila boshlangan. Bu davrgacha bu toifadagi dorilar juda kam bo`lib, ularning ta'sir kuchi past bo`lgan. 1950-yilgacha kofein, korazol, brom va valerian vositalari keng qo`llanilgan.

# Dastlabki antidepressant!

- 1957-yili dastlabki tritsiklik antidepressant (imipramin) kashf qilindi. Boshqa maqsad uchun yaratilgan bu dorini ichgan bemorlarning kayfiyati juda yuqori bo'lgan.

# Tritsiklik antidepressantlar

## Dori nomi va dozasi

**1**

- Imipramin, 25 mg,
- 2 ml (Melipramin)

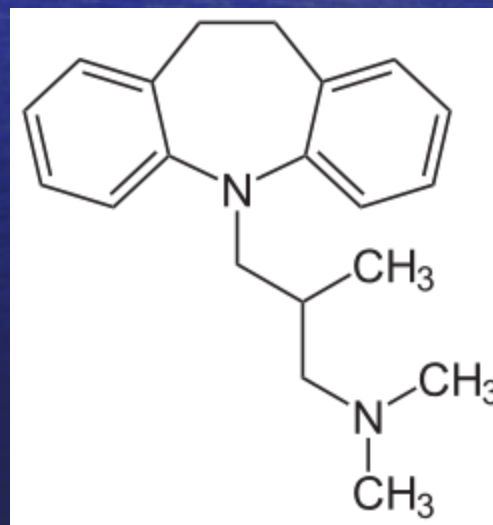
**2**

- Amitriptilin,
- dozasi 25 mg, 2 ml

**3**

- Nortriptilin, 25 mg

Formulasi 3 ta benzol halqadan iborat bo'lgani uchun shu nomni olgan!



# TSA ta'sir mexanizmi qanday?

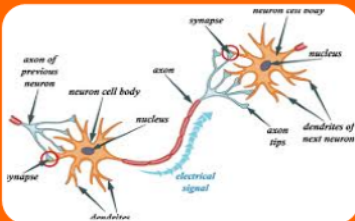
Noradrenalin, dofamin va serotoninni presinaptik membranaga qayta so`rilishiga to`sqinlik qiladi

Natijada sinaptik yoriqda ushbu neyromediatorlar miqdori oshadi va signallar tarqalishi jadallashadi

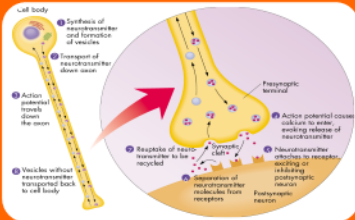
Neyronlararo faollik oshuvi natijasida depressiya belgilari sustlashadi.



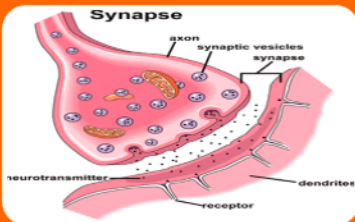
# Sinaps haqida ba'zi ma'lumotlar



Neyron boshqa neyronlar yoki hujayralarga borib tugagan joyda kichikroq bir bo'shliq bo'ladi. Bu bo'shliqqa – sinaptik yoriq deyiladi. Sinaptik suyuqliq mediatorlardan iborat bo'ladi



Sinapsda presinaptik va postsinaptik membranalar va ular orasida sinaptik yoriq bo'ladi.  
Presinaptik yoriqqa neyromediatorlar ajralib chiqadi.



Neyromediatorlar (neurotransmitterlar) orqali signallar presinaptik membranadan postsinaptik membranaga uzatiladi.  
Sinapslarda signal har doim bir yo'nalishda uzatiladi.



# Neyromediator (neurotransmitter, neurotransmitter, neurotransmitter) nima?

**Esda tuting**

- Neyron qo'zg'alganda undan ajralib chiqadigan modda;
- Ularning aksariyati (noradrenalin, serotonin, atsetilxolin) aminokislotalardan tashkil topgan.

**Esda tuting**

- Neyromediator – nerv impulslarini sinaptik yoriq orqali o'tkazib turuvchi modda;
- Har bir neyromediatorning o'z vazifasi bor.

**Esda tuting**

- Tormozlovchi va qo'zg'ovchi neyromediatorlar farq qiladi;
- Insonning har bir faoliyati neyromediator ishtirokisiz amalga oshmaydi.



# G'alati neyromediatorlar



**GAYOK** – ortiqcha qo'zg'alishni tormozlaydi, asablarni tinchlantiradi. Agar GAYOK kam bo'lsa, inson qo'zg'alib bezovta bo'laveradi. Glutamat kelib odamning asabini buzib ketsa, GAYOK kelib uni tinchlantiradi.



**Glutamat** – doimo qo'zg'ab, bezovta qilib yuradi, stress va psixozlarda uning miqdori ko'p bo'ladi. Biroq u bizni tetik tutib, ko'p ishlarimizni bajarib qolishga yordam beradi



**Atsetilxolin** – o'qish va eslab qolishga yordam beradi. Bu modda qancha ko'p bo'lsa, shuncha ko'p material esda qoladi. Atsetixolin kamayib ketsa, Alsxaymer rivojlanadi.



# G'alati neyromediatorlar



**Serotonin** – kayfiyatni ko'taradi, odam doimo sho'x bo'lib yuradi. Uning miqdori kam bo'lsa, odam depressiyaga tushadi.

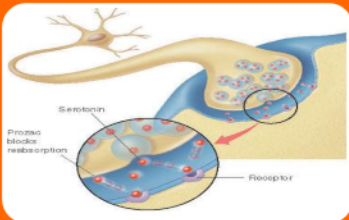


**Adrenalin** – buyrak usti bezida ishlab chiqiladigan stress gormoni. Biroq odamni xavfli vaziyatlarga chidamli qiladi, o'limdan saqlab qoladi.

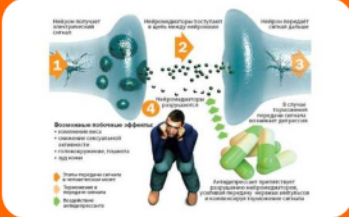


**Noradrenalin** – aqqli adrenalin. Ekstremal holatlarda insonga ham zavq bag'ishlaydi, ham qo'rqitadi. Masalan, maxsus arqonlarda balandan sakraydiganlar va h.k.

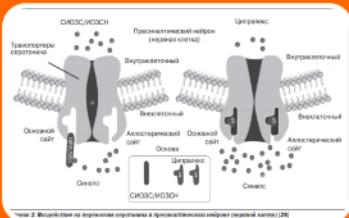
# Neyromediatorlarga nimalar kiradi?



Noradrenalin, adrenalin, dofamin

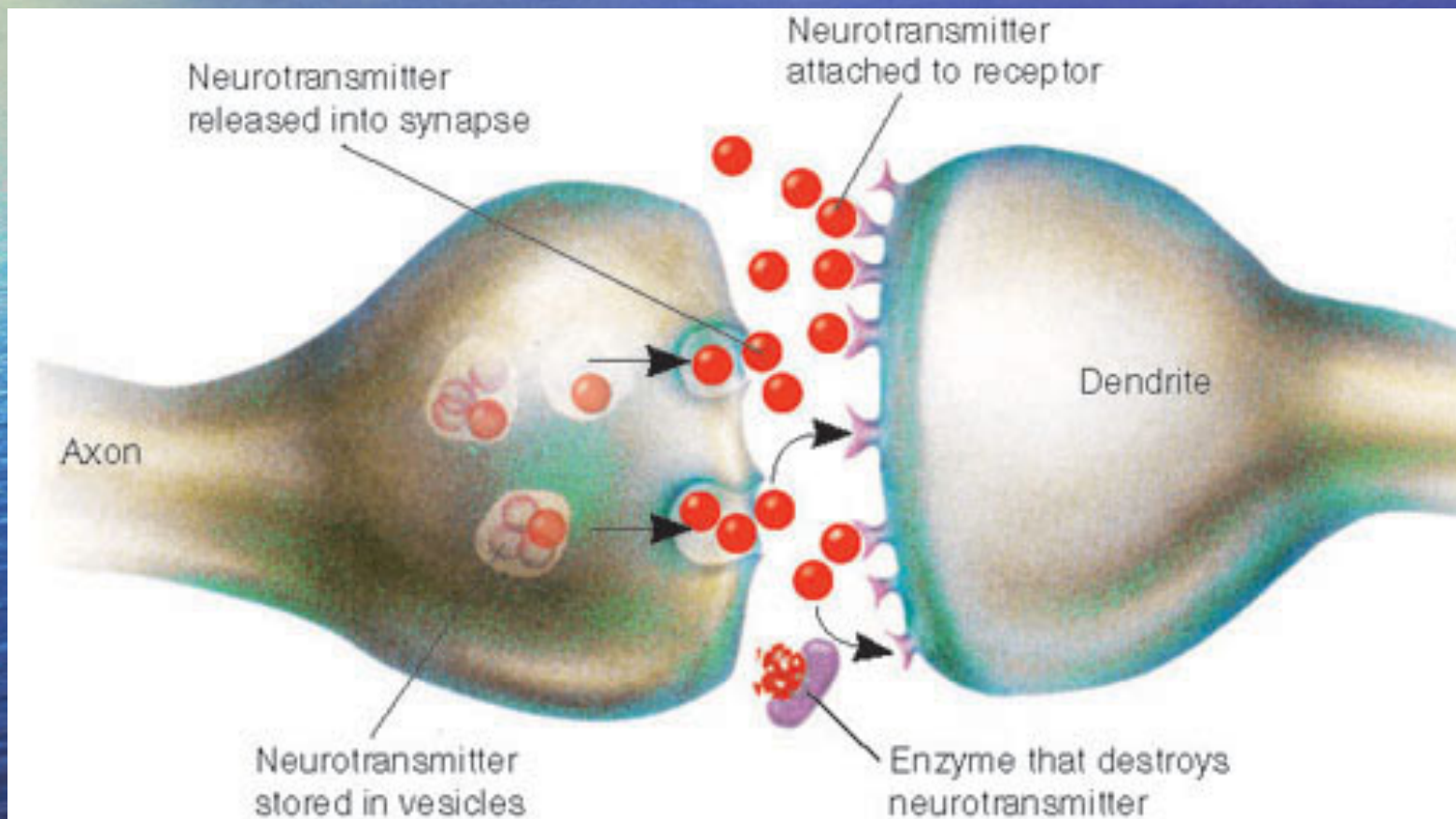


Glutamat, aspartat, glitsin



Atsetilxolin, GAYOK, serotonin

# Antidepressantlar nimaga ta'sir ko'rsatadi?



# Psixotrop dorilar tasnifi (1966)

- Antidepressantlar;
- Neyroleptiklar;
- Trankvilizatorlar;
- Sedativ dorilar;
- Nootrop dorilar;
- Psixostimulyatorlar.



# **Antidepressantlar uchun xos xususiyatlar – bular**

- **Kayfiyatni oshirish;**
- **Affektiv buzilishlarni kamaytirish yoki yo`qotish**

# Antidepressantlar ta'siri:

5-7 kundan keyin boshlanadi;

Kayfiyatni ko'taradi;

Og'riqlarni kamaytiradi;

Vegetativ buzilishlarni pasaytiradi;

Yurak-qon tomir faoliyatini normallashtiradi;

Nafas buzilishlarini kamaytiradi;

Uyquni normal holatga keltiradi.

Ishtahani tiklaydi va h.k.

# Antidepressantlar

- **Fluoksetin (prozak, portal, depres, fluval, prodel) 20 mg;**
- **Sertralin (zoloft, stimuloton) 50 mg;**
- **Velaksin 75 mg, 150 mg;**
- **Fevarin 50 mg, 100 mg.**
- **Amitriptilin 25 mg.**

## **Zamonaviy antidepressantlarni tavsiya qilishga monelik qiluvchi holatlar:**

- Amitriptilin bilan mumkin emas;
- Homiladorlik va laktatsiya davri;
- 8-10 yoshgacha bo'lgan davr;
- Epilepsiya, glaukoma, jigar va buyrak yetishmovchiliklari;
- Yurak qon-tomir faoliyatining buzilishlari.



# Zamonaviy antidepressantlarni tavsiya qilishga monelik qiluvchi holatlar:

- Antikoagulyantlar va neyroleptiklar bilan birga qabul qilinmaydi;
- Davolanishning dastlabki haftasida suitsidal fikrlarni kuchayishi mumkin;
- Spirtli ichimliklar mumkin emas;
- Davolanishning dastlabki davrida avtomobil haydash tavsiya etilmaydi.

# Trankvilizatorlar

- Elenium, seduksen,
- Fenazepam, tazepam, mebikar,
- Trioksazin, grandaksin va h.k.
- Ular tinchlantiradi, qo`rquv va xavotirni oladi, uyquni keltiradi, tutqanoq xurujini pasaytiradi.

# Sedativ dorilar

- Novopassit
- Sedavit
- Valerian ekstrakti
- Persen
- Biopassit
- Vamelan va h.k.

# Neyroleptiklar

- **Eglonil.** Antipsixotik ta'sirga ega. Eglonilda neyroleptik va antidepressantlarga xos xususiyatlar mavjud, lekin ular kuchli ifodalanmagan. Shu bois eglonilni qabul qilgan bemorlarda boshqa neyroleptiklarga xos bo'lgan uyqusirash, koordinator va ekstrapiramidal buzilishlar kuzatilmaydi.



# Prosulpin (sulpirid):

- Prosulpin - 50 mg (tabl);
- Prosulpin - 200 mg (tabl);
- Eglonil ampulada 2 ml (100 mg) ishlab chiqariladi.

# Psixostimulyatorlar

- Bosh miyada ruhiy jarayonlarni faollashtiruvchi dorivor vositalarga **psixostimulyatorlar** deb aytiladi. Ular nafaqat ruhiy, balki jismoniy faoliyatni ham kuchaytiradi.

# Psixostimulyatorlarga nimalar kiradi?

- Kofein va uning analoglari,
- Eleuterokokk,
- Jenshen saqlovchi dorilar,
- Sitramon.
- Tiamin gidroxlid (Vit B1).

# Psixostimulyatorlar

- Bu dorilarning tarkibida kofein moddasi bor.
- Psixostimulyatorlar asab tizimini tetiklashtiradi, uyquchanlikni, kam harakatchanlikni yo`qotadi.



# Psixostimulyatorlar qachon tavsia qilinadi?

- Apatiia,
- Arterial gipotoniya,
- Adinamiya,
- Psixasteniiya
- Idiopatik sefalgiyalar.



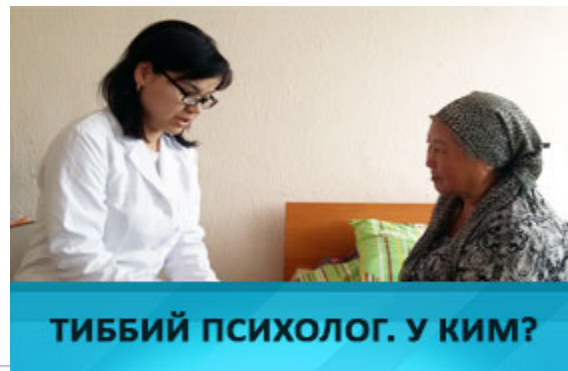
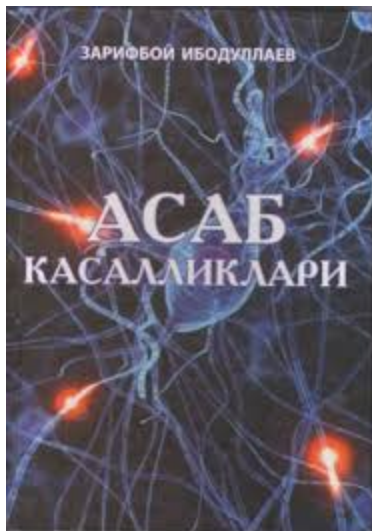
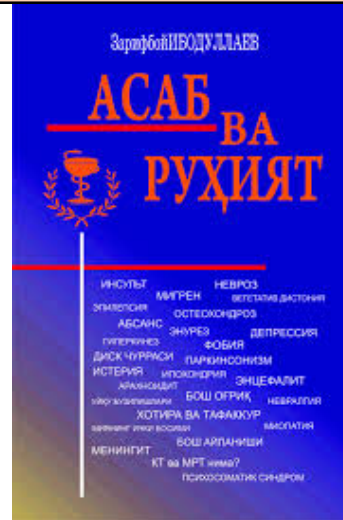
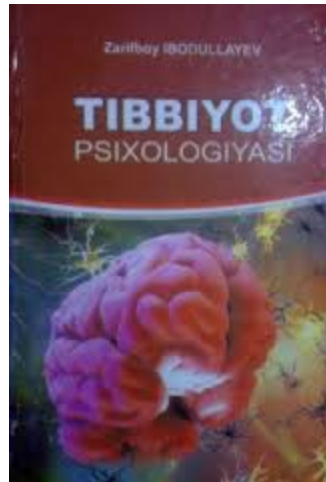
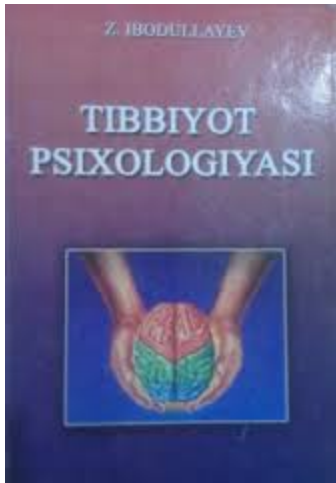
# Psixostimulyatorlar mumkin emas


- Giperstenik nevrozlarda;
- Qo'zg'aluvchi psixozlarda;
- Epilepsiya va tutqanoq sindromlarida;
- Uyqudan oldin tavsiya qilinadi.
- Bu dorilarni kunning birinchi yarmida tavsiya qilinadi.

# Esda tuting!


- Har qanday kasallikni davolash mumkin (hatto saratonni ham), biroq xarakterni davolab bo'lmaydi.
- Xarakterni yaxshi tomonga o'zgartirish mumkin va bu ish bilan psixolog (psixoterapevt) shug'ullanadi.

# O'QISH UCHUN ZARUR KITOBLAR





**ТИББИЙ ПСИХОЛОГИЯ**  
**МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ**  
**MEDICAL PSYCHOLOGY**



[WWW.ASAB.UZ](http://WWW.ASAB.UZ)



A vibrant landscape featuring a bright blue sky with scattered white clouds. A sun is positioned low on the horizon, creating a strong lens flare and illuminating a lush green field. In the foreground, several white daisies with yellow centers are in focus. The overall scene is bright and cheerful.

**E'tiboringiz  
uchun rahmat**

# MA'RUZA MUALLIFI



*Zarifboy Ibodullayev* – tibbiyot fanlari doktori, professor. Toshkent tibbiyot akademiyasida ishlaydi. Olim 150 dan oshiq ilmiy asarlar muallifi. Uning “Asab kasalliklari” va “Tibbiyot psixologiyasi” darsliklari “Yilning eng yaxshi darsligi” sovriniga sazovor boʻlgan. Uning yirik asarlari “Nevrologiya. Umumiy amaliyot vrachlari uchun”, “Epilepsiya” nomli qoʻllanmalari chop qilingan.

Bugungi kunda Oʻzbekistonda tibbiy psixologiya, psixosomatik tibbiyot va psixoterapevtik yordamni rivojlantirish ustida ish olib bormoqda.