**КОРОНАВИРУС ПАНДЕМИЯСИ ШАРОИТИДА АҲОЛИГА ТИББИЙ-ПСИХОЛОГИК ЁРДАМ: МУАММО ВА ЕЧИМЛАР**

*(ОАВ га берилган интервью)*

***Эпиграф****: Ҳар бир давлат коронавирусни тез орада чекинишидан умидвор ва деярли барча кучлар шу муаммо ечимига қаратилган. Бир неча асрлардан буён учрамаган бундай касаллик ҳатто тиббиётнинг етук олимларини ҳам аросатда қолдирди ва коронавирус йирик тиббий-ижтимоий муаммога айланди. Хўш, коронавирус юртимиздан чекинади ва ҳаёт эрта-индин ўз измига тушади. Бироқ, миллионлаб одамлар қалбида пайдо бўлган руҳий зарбачи? Уларни қандай бартараф қилиш керак ва бу муаммо билан ким шуғулланади? Ўзбекистонда тиббий-психологик ёрдамни кенг қамровда олиб бориш пайти келмадими? Ушбу муаммо билан боғлиқ саволларга жавоб олиш учун биз Тиббий психолог, профессор Зарифбой Ибодуллаевга юзландик.*

***Савол****: Зарифбой Ражабович! Биринчи карантин даврида коронавирус юқиб қолмаслиги учун қўлларни тез-тез совунлаб ювиш, кўчага чиқмаслик, тиббий ниқоб тақиш, ижтимоий масофани сақлаш каби гигиеник талабларга катта урғу берилди. Иккинчи карантин даврида эса ОАВ да ҳам, ижтимоий тармоқларда ҳам қўрқув, хавотир, ваҳимага берилмаслик, хотиржамлик ва психологик иммунитет ҳақида тинимсиз гапирилмоқда. Хатто асаб ва руҳият мустаҳкамлиги ҳар қандай вирусли инфекциядан асрайди, ушбу касаллик юққан тақдирда ҳам руҳияти кучли инсонлар ундан тезроқ ҳалос бўлади, дейишади, Бу мулоҳазага олим сифатида ойдинлик киритсангиз.*

***Жавоб****:* Тиббиёт тарихчилари фикрига кўра, бундан 1000 йиллар олдин Ибн Сино қўрқув, хавотир, ваҳиманинг саломатликка зиёнли таъсирини айнан аҳоли орасида вабо касаллиги тарқалган пайтда айтган экан. “Тиб қонунлари” китобини варақлар экансиз, ҳар қандай касалликда асаб мустаҳкамлиги ва руҳий қувватнинг кучи нафақат турли касалликларгачалинишдан асраш, балки бирор касалликка чалинган тақдирда ҳам ундан тезроқ тузалиб кетишга мезон яратади. Улуғ бобоколонимиз айтган ушбу иборалар XIX-XX асрга келиб Европа олимлари томонидан олиб борилган физиологик тадқиқотларда ўз исботини топди. Бу кашфиётлар учун 3 нафар физиолог ва нейрофизиологлар Нобел мукофоти совриндори бўлган.

**Савол**: *“Тиббиёт психологияси” дарслигининг кириш қисмида буюк аллома Ибн Синонинг “Вужуд руҳ амрига вожибдир” деган битикларини эпиграф қилиб келтиргансиз.* *Мана ҳозир бутун дунёда вирусологлар билан елкама-елка туриб “Тиббий психологлар” ҳам кураш олиб бормоқда. Шундай эмасми?*

**Жавоб:** Тақдирнинг тақозаси билан “Тиббиёт психологияси” дарслигининг 3-нашрини чоп қилишга рухсат берилган сана 29.12.2019 йил, яъни Хитойда коронавирус расман эълон қилинишидан бир кун олдинга тўғри келади. Бу хабар бутун дунё аҳлини, яъни нафақат оддий одамлар, балки олимларни ҳам саросимага солди. Чунки ушбу вирус яшин тезлигида тарқалувчанлиги, ташқи муҳитга чидамлилиги ва ўлим ҳолатлари кўплиги билан бошқа вируслардан ажралиб турарди. Масалан, ҳатто эшик тутқичида 5 кун сақланаркан, деган иборалар ҳаммани саросимага солди. Мен дунё хабарларини ҳар сонияда кузатиб бордим. Ривожланган давлатлар зудлик билан вирусологлар билан бир қаторда тиббий, яъни клиник психологлар армиясини шакллантиргани мени ҳайратга солди. Чунки, тотал ваҳима вирусдан ҳавфли! Масалан, Канада давлати аҳолига коронавирус шароитида тиббий-психологик ёрдамни шакллантириш учун дастлаб 150 млн доллар ажратди. Биз ҳар доим кузатиб келадиган Россия Федерацияси ҳам тиббий-психологик хизматнинг моддий-техник базасини янада кучайтирди.

 ***Савол:*** *Бизда вазият қандай? Бизда коронавирус шароитида аҳолига тиббий-психологик ёрдам кўрсатиш талабга жаво берадими?*

**Жавоб:** Афсуски йўқ. Ўзбекистоннинг 34 млн аҳолисига 110 нафар “Тиббий психолог” бор холос. Тақослаш учун невропатологлар сони 1500 та. Бугунги кун талабларидан келиб чиқадиган бўлсак, бизнинг Республикага 3000 нафар “Тиббий психолог” керак. Шу боис барча тиббиёт институтларида тиббий психологларни Давлат грантлари асосида магистратура ва клиник ординатура орқали ҳар йили 100-150 тадан тайёрлашимиз керак. Бизда эса йилига 10-15 нафар тиббий психолог тайёрланаяпти холос. Параллел равишда йирик тиббиёт институтларида “Клиник психология” факультетларини очишимиз керак. Ана шунда биз зўрға 5–7 йил ичида “Тиббий психолог” кадрларнинг етарли базасини ярата оламиз.

***Савол:*** *Бу масалага олдинроқ ҳаракат қилса бўлмасмиди?*

***Жавоб:*** Ҳаракат қилганмиз. Авваломбор бироз тарихий маълумотлар берсам. 1997 йили 2-ТошМИ алоҳида “Тиббиёт психологияси” курси очилди. Мустақилликдан кейинги даврлар! Ўзбек тилида зарур ўқув адабиётлари тайёрлаб бошланди. Европа тажрибасини ўрганиб 2008 йили “Тиббиёт психологияси” дарслигини яратдик. 2009 йили “Йилнинг энг яхши дарслиги” совринига сазовор бўлди. 2012 йили “Тиббиёт психологияси” дарслиги яна нашр қилинди, 2019 йили биз бу дарсликни мутлақ қайта кўриб чиқиб, ЖССТ ва тиббий-психологик мактаблар тажрибасини ўрганиб чиқиб ушбу дарсликнинг 3-нашрини чоп қилдик.

Биз ўша даврдаёқ Республикамиз учун “Тиббий психолог” кадрларни тайёрлаш масаласани кўтарганмиз. Бунинг учун тиббиёт институларида “Тиббий психология” мутахассислиги бўйича магистратура ва клиник ординтура йўналишларини очиш ва дастлаб зарур меъёрий хужжатларни тайёрлаш керак эди.

**Савол**: *Даволаш-профилактика муассасаларига “Тиббий психолог” кадрларни тайёрлаш аллақачон йўлга қўйилган шекилли?*

**Жавоб**: Ўзбекистонда 2012/2013 ўқув йили Тошкент Педиатрия тиббиёт институти ва Тошкент тиббиёт академиясида “Тиббий психолог” кадрларни магистратура ва клиник ординатура орқали тайёрлаш, албатта, йўлга қўйилган. Бунга биз 2-3 йил олдин чуқур тайргарлик кўра бошладик. Ғарб давлатлари тажрибаси асосида “Тиббий психология” фани бўйича Давлат таълим стандартини пухта ишлаб чиқдик, намунавий дастур яратдик ва бошқа зарур хужжатларни тайёрладик. Ўша йилнинг ўзидаёқ Республикамиздаги барча тиббиёт институтлари, яъни Самарканд, Бухоро, Андижон, Урганч ва Нукусда юқори курс талабалари билан бир неча бор учрашувлар ўтказдик, “Тиббий психолог. У ким?” мавзусида брошюра чиқариб талаба ва ўқитувчиларга тарқатдик.

***Савол:*** *Тайёрланган “Тиббий психолог” кадрларни иш ўринлари билан таъминлаш масаласини қандай ҳал қилдингизлар?*

***Жавоб:*** Албатта, бу масала билан соғлиқни сақлаш вазирлиги шуғулланиши керак. Биз бу борада ССВ га жуда кўп меъёрий хужжатларни тайёрлаб берганмиз. “Тиббий психолог-психотерапевтнинг квалификацион характеристикаси“ ни тузиб чиқиб уни топширганмиз, ўша ташкилотнинг мутасадди ходимлари билан кўп бора учрашганмиз. Республика, вилоят ва шаҳарларнинг йирик клиникалари ва тиббиёт бирлашмаларида “Психосоматик тиббиёт” бўлимлари ва “Тиббий психолог-психотерапевт” кабинетларини очиш зарурлиги ҳақида мана бир неча йилдан буён айтиб келамиз, расман Вазирликка хат топширганмиз ва х.к. Бироқ ханузгача ишчи ўринлари очилмаган. “Тиббий психология” сайтини ҳам очдик (asab.uz). ОАВ да “Тиббиёт психологияси ва психосоматик тиббиёт” мавзусида шогирдлар билан жуда кўп чиқишлар қилдик. “Ўзингни англа” дастурида “Тиббий психолог” дипломини олган янги кадрлар билан психосоматик тиббиёт мавзусида катта кўрсатув тайёрлаб эфирга бердик.

***Савол:*** *Хорижлик олимлар тажрибасидан ҳам фойдаландик деб айтдингиз. Шу соҳа олимлари Ўзбекистонга ташриф буюрганми?*

***Жавоб:*** Бир неча йиллик уринишлар асносида Ўзбекистон тарихида биринчи маротаба хорижлик олимлар иштирокида 2017 йил апрел ойида “Психосоматик тиббиёт: муаммо ва ечимлар” мавзусида анжуман ўтказдик. Унга 400 дан ошиқ УАШ ташриф буюрди. Ушбу олимларнинг баъзиларини Самарканд ва Бухорога олиб борганмиз, врачлар ва талабаларга маҳорат дарсларини ўтганмиз.

***Савол***: *Мана ҳозир коронавирус пандемияси даврида “Тиббий психолог” кадрлар сув билан ҳаводек зарур бўлиб турибди. Ҳар йили 100 нафар кадр тайёрлаган тақдирда ҳам, уларнинг сонини Сиз айтган 3000 нафарга етказиш учун 30 йил керак?*

***Жавоб:*** Бу саволни менга эмас, Соғлиқни сақлаш Вазирлиги мутасаддиларга беринг. Мен ҳатто ССВ дан садо бўлмагач, 2016 йили ноябр ойида Порталга катта таклифлар билан мурожаат қилдим. Бу хатни ССВ га юборишди ва у ерга мени чақириб “Бу масалани зудлик билан ҳал қиламиз, аввал мана бу хатга имзо қўйиб беринг” дейишди. У одам ҳам профессор бўлгани учун мен хўп деб, имзо қўйиб бердим. Яна узоқ давом этган жимлик бошланди. ССВ яна қатнашларим самара бермади. 2017 йил Олий Мажлисга чиқдим ва “Тиббий психология, психосоматик тиббиёт ва аҳолига тиббий-психологик ёрдам” кўрсатиш бўйича жуда катта материал топширдим. У ерда албатта қизиқишди, менга кўп ёрдам беришди. Бироқ бу ишга Соғлиқни сақлаш вазирлиги аралашиб яна тўхтатиб қўйишди ва ишни психиатрларга топширишди. “Бутун дунёда тиббий психология психиатриядан ажралиб чиққанига 100 йил бўлган” деган менинг далил ва исботларим бефойда кетди. Бу муаммо яна сувга тушган тошдек йўқ бўлиб кетди. 2018 йили Сенатга, яъни Зайниддин Низомхўжаевга мурожаат қилдим, унга ҳамма материалларни бердим. Бу инсон жуда катта қизиқиш билдирди. Олий Мажлис ва Сенатдаги бир-иккита жонкуяр инсонлар тавсиясига кўра “Ўзбекистонда психосоматик тиббиёт ва психотерапевтик ёрдамни ривожлантириш” бўйича бутун дунё ва МДҲ давлатлари тажрибасини яна 6 ой мобайнида пухта ўрганиб чиқиб Президент Фармони лойиҳасини ишлаб чиқдим. Бу Фармон лойиҳасини кўриб чиқиш учун ССВ га топширишди. ССВ да Фармон лойиҳаси изсиз йўқолди.

2019 йил Сенатда “Руҳий саломатликни сақлаш бўйича” ўтказилган Катта йиғилишни Зайниддин Низомхўжаев олиб борди, Элмира Баситхонова нутқ сўзлади. Мен яна “Тиббий психология ва психосомавтик тиббиёт” масаласини кўтардим. 33 млн аҳолига 100 нафар тиббий психолог камлик қилмайдими, деб савол бердим. Улар мени ССВ чақириб бу масалани биргаликда ҳал қиламиз деди. Ундан кейин яна Вазир Шодмонов А.Қ қабулига бир неча бор расман ва норасман ҳаракат қилиб кира олмаганман. Бор гап шу...

 ***Савол:*** *Ҳукуматга қандай таклифларингиз бор?*

**Жавоб:** Зудлик билан қуйидаги муаммоларни ҳал қилиш керак:

1. Барча тиббиёт инситутларида “Тиббий психология ва психотерапия” кафедраларини очиш зарур. Бунинг учун дипломли кадрлар етарли.
2. Тиббиёт институтларида магистратура ва клиник ординатура орқали Давлат грантлари асосида ҳар йили 100-120 нафардан “Тиббий психолог” кадрларни тайёрлашни йўлга қўйиш;
3. Тиббиёт институтларида “Клиник психология” факультетларини очиш;
4. Даволаш-профилактика муцассасаларида “Психосоматик тиббиёт” бўлимлари, поликлиникаларда “Тиббий психолог-психотерапевт” кабинетларини очиш.
5. Болалар ва ўсмирларга тиббий-психологик ёрдам кўрсатиш марказларини ташкил этиш.
6. Фавқулодда вазиятларда аҳолига тез тиббий-психологик ёрдам кўрсатиш тизимини йўлга қўйиш.
7. “Тиббий психология” бўйича илмий-педагогик кадрларни тайёрлаш учун Тошкент тиббиёт академиясида “Тиббий ва махсус психология” бўйича Ихтисослашган Кенгаш очиш;
8. “Ўзбекистонда психосоматик тиббиёт ва аҳолига тиббий-психологик ёрдам кўрсатиш тизимини яратиш” бўйича Президент Фармонини қабул қилиш.

Менда юқорида айтиб ўтганимдек, бу борада жуда катта материал бор. Уларни бугунги кун талабларидан келиб чиқиб зудлик билан амалга ошириш керак. Ҳалиям бу ишга жуда кеч қолдик.

 **Профессор Зарифбой Ибодуллаев**