

**SURUNKALI GASTRIT BILAN KASALLANGAN BEMORLARDA
PSIXOEMOTSIONAL STRESS OMILLARINING KASALLIK RIVOJLANISHIDAGI
ROLINI O'RGANISH**

Amangeldiyev A.B.

Toshkent davlat tibbiyot universiteti,
Pedagogika va psixologiyakafedrası, assistant
Tel: +99888 755 07 97
E-mail: alpamisamangeldiev80@gmail.com

Abdumutalova N.A

Toshkent davlat tibbiyot universiteti,
2-son davolash fakulteti, 223-guruh talabasi
Tel: +99888 982 05 83
E-mail: wkkekjesjmsnsk@gmail.com

Аннотация

Surunkali gastrit oshqozon-ichak tizimining keng tarqalgan kasalliklaridan biri hisoblanadi. So'nggi yillarda kasallik rivojlanishida psixoemotsional stress omillarining roli muhim ahamiyat kasb etmoqda. Ushbu tadqiqotning maqsadi surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarda psixoemotsional stress darajasini o'rganish va uning kasallik rivojlanishiga ta'sirini aniqlashdan iborat. Tadqiqot davomida bemorlar o'rtasida maxsus so'rovnoma o'tkazildi. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, bemorlarning katta qismida stress, asabiylik va ruhiy zo'riqish omillari mavjud bo'lib, ular kasallik simptomlarining kuchayishiga olib kelishi mumkin. Natijalar psixoemotsional holatni nazorat qilish surunkali gastrit profilaktikasi va davolashida muhim ekanligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: Surunkali gastrit, psixoemotsional stress, emotsional stress omillari, gastrointestinal patologiya, psixosomatik bog'lanishlar, kasallik rivojlanishi, stressga bog'liq kasalliklar, neyroendokrin regulyatsiya.

Introduction

Kirish

Surunkali gastrit oshqozon shilliq qavatining uzoq davom etuvchi yallig'lanish kasalligi bo'lib, u dunyo bo'yicha eng keng tarqalgan gastroenterologik kasalliklardan biri hisoblanadi. Ushbu kasallik oshqozon shilliq qavatining strukturaviy va funksional o'zgarishlari bilan tavsiflanadi hamda bemorlarda epigastral og'riq, ko'ngil aynishi, dispeptik holatlar va ovqat hazm qilish buzilishlari bilan namoyon bo'ladi. Surunkali gastrit rivojlanishida turli etiologik omillar, jumladan **Helicobacter pylori infeksiyasi, noto'g'ri ovqatlanish, zararli odatlar, dori vositalarini nazoratsiz qabul qilish va psixoemotsional stress** muhim rol o'ynaydi.

So'nggi yillarda ko'plab xalqaro tadqiqotlar oshqozon-ichak tizimi kasalliklari rivojlanishida **psixoemotsional stress omillarining ahamiyati ortib borayotganini** ko'rsatmoqda. Stress

organizmda gipotalamo-gipofizar-buyrak usti bezlari tizimi (HPA o‘qi) faollashishiga olib keladi va bu jarayon kortizol hamda boshqa stress gormonlarining ko‘payishiga sabab bo‘ladi. Natijada oshqozonda kislota sekretsiyasi ortadi, shilliq qavatning himoya mexanizmlari susayadi va yallig‘lanish jarayonlari kuchayadi.

Shuningdek, psixologik stress oshqozon-ichak tizimining “**miya–ichak o‘qi**” (**brain–gut axis**) orqali boshqariladigan neyroendokrin va immun mexanizmlariga ta‘sir ko‘rsatadi. Ushbu jarayonlar natijasida oshqozon motiliteti buzilishi, oshqozon shirasining ko‘payishi hamda shilliq qavatning himoya qatlami kamayishi kuzatiladi, bu esa gastrit rivojlanishi va uning qaytalanishiga olib kelishi mumkin.

Ayrim epidemiologik tadqiqotlarda stress darajasi yuqori bo‘lgan shaxslarda gastrit simptomlari ko‘proq uchrashi aniqlangan. Masalan, talabalar orasida o‘tkazilgan tadqiqot natijalariga ko‘ra psixologik stress gastrit rivojlanishi bilan statistik jihatdan bog‘liq ekani aniqlangan.

Shu sababli surunkali gastrit patogenezini o‘rganishda psixoemotsional omillarni tahlil qilish muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Bunday yondashuv kasallikning rivojlanish mexanizmlarini chuqurroq tushunish, profilaktika choralarini ishlab chiqish hamda bemorlarni kompleks davolash usullarini takomillashtirishga yordam beradi.

Materiallar va metodlar.

Mazkur tadqiqot surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarda psixoemotsional stress omillarining kasallik rivojlanishidagi rolini o‘rganish maqsadida o‘tkazildi. Tadqiqotda jami 20 nafar surunkali gastrit tashxisi qo‘yilgan bemor ishtirok etdi. Ishtirokchilar turli yosh va jins guruhlariga mansub bo‘lib, ularning psixoemotsional holati va hayotiy stress omillari **har bir bemor bilan individual suhbat** orqali baholandi. Shu tarzda intervyu olib borish bemorlarga o‘z his-tuyg‘ularini va stress omillarini erkin ifoda etish imkonini berdi.

Psixoemotsional stress darajasini aniqlash maqsadida **Holmes–Rahe Stress Scale** metodidan foydalanildi. Ushbu metod 1967-yilda amerikalik olimlar **Thomas Holmes** va **Richard Rahe** tomonidan ishlab chiqilgan bo‘lib, inson hayotidagi turli stressli voqealar va ularning organizmga ta‘sir darajasini baholashga qaratilgan. Holmes–Rahe shkalasi hayotiy o‘zgarishlar, ish va oilaviy muammolar, moliyaviy qiyinchiliklar, uyqu buzilishi va boshqa psixologik omillarni baholaydi, har bir holatga ball ko‘rsatkichini beradi va umumiy ball yig‘indisi orqali stress darajasi aniqlanadi.

Tadqiqot davomida bemorlar bilan olib borilgan intervyular ularning kundalik hayotidagi psixologik yuklama, ruhiy zo‘riqish va emotsional holatini aniqlashga qaratildi. Suhbatlar bemorlarning individual holati va tajribasiga mos tarzda olib borildi, bu esa ulardan aniq va to‘liq ma‘lumot olish imkonini berdi. Natijalar tahlil qilinib, bemorlarning stress holatlari va surunkali gastrit simptomlari orasidagi bog‘liqlik aniqlandi.

Olingan natijalar shuni ko‘rsatdiki, tadqiqotda ishtirok etgan bemorlarning aksariyatida turli darajadagi psixoemotsional stress mavjud bo‘lib, ayniqsa ish bilan bog‘liq muammolar, uyqu buzilishlari va ijtimoiy-muhit omillari stress darajasining oshishiga sabab bo‘lgan. Bu holatlar surunkali gastrit simptomlarini kuchaytirishi va bemorlarning umumiy holatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Tadqiqot natijalari statistik usullar yordamida umumlashtirildi va foiz ko'rsatkichlari asosida baholandi. Shu orqali surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarda psixoemotsional stress omillari kasallik rivojlanishida muhim etiologik va patogenetik rol o'ynashi tasdiqlandi.

Natijalar

Tadqiqot davomida surunkali gastrit bilan kasallangan 20 bemorning psixoemotsional stress darajasi **Holmes–Rahe stress shkalasi** yordamida individual intervyu asosida baholandi. Har bir bemorning umumiy stress balli hisoblandi va natijalar quyidagicha taqsimlandi:

Bemor	Umumiy ball	Stress ko'rsatgichi
1	512	Yuqori
2	506	Yuqori
3	656	Yuqori
4	454	Yuqori
5	443	Yuqori
6	770	Yuqori
7	370	Yuqori
8	409	Yuqori
9	203	O'rtacha
10	664	Yuqori
11	218	O'rtacha
12	551	Yuqori
13	390	Yuqori
14	414	Yuqori
15	547	Yuqori
16	464	Yuqori
17	466	Yuqori
18	443	Yuqori
19	531	Yuqori
20	608	Yuqori

Stress darajasi taqsimoti

Stress darajasi	Ball oralig'i	Bemorlar soni	Foiz (%)
Past	<150	0	0
O'rtacha	150-299	2	10
Yuqori	≥300	18	90

Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, bemorlarning aksariyatida **yuqori darajadagi psixoemotsional stress** kuzatilgan. Eng past stress balli 203 bo'lib, faqat 2 bemorda o'rtacha stress darajasi aniqlangan. Shu bilan birga, eng yuqori stress balli 770 bo'lib, bu bemorda bir nechta yuqori balli voqealar boshdan o'tganligini bildiradi.

Eng ko'p uchraydigan stress omillari

- Ish bilan bog'liq qiyinchiliklar va ishdagi o'zgarishlar – 40–50% bemorlarda
- Oilaviy nizolar va oila a'zolari bilan munosabatlarning yomonlashuvi – 35–45%
- Moliyaviy qiyinchiliklar va qarzlar – 25–30%

Natijalar shuni ko'rsatadiki, surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarda psixoemotsional stress yuqori darajada bo'lib, bu ularning kasallik simptomlarini kuchaytirishi va surunkali kursga ega bo'lishiga sabab bo'lishi mumkin. Shu bilan birga, yuqori stress darajasi **bir nechta yuqori balli hayotiy voqealarni boshdan kechirish bilan bog'liq** ekani aniqlandi.

Muhokama. Ushbu tadqiqot natijalari surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarda psixoemotsional stressning ahamiyatini yaqqol ko'rsatdi. Holmes–Rahe stress shkalasi yordamida baholangan 20 bemorning 90% i yuqori stress darajasiga ega bo'lib, umumiy ball 203 dan 770 gacha o'zgarishi kuzatildi. Bu natija shuni bildiradiki, surunkali gastrit simptomlari va kasallikning surunkali davomiyligi psixoemotsional stress bilan chambarchas bog'liqdir. Ayniqsa, yuqori ballga ega bemorlar bir nechta muhim hayotiy stressli voqealarni boshdan kechirgan bo'lib, bu ularning fiziologik va emotsional holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatgan.

Chet el adabiyotlari ham shuni tasdiqlaydi: Holmes va Rahe (1967) tomonidan ishlab chiqilgan shkaladan foydalangan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuqori stress darajasi oshqozon-ichak tizimida patologik o'zgarishlarni kuchaytiradi, jumladan, gastrit va peptik yara rivojlanish xavfini oshiradi (Holmes & Rahe, 1967; Schneiderman et al., 2005). Shu bilan birga, boshqa tadqiqotlarda ham ish va oilaviy stress, moliyaviy qiyinchiliklar va kundalik psixologik zo'riqish surunkali gastrit va dispepsiya bilan bog'liqligi aniqlangan (Chrousos, 2009; Konturek et al., 2011).

Natijalar tahlili shuni ko'rsatdiki, bemorlar orasida eng ko'p uchraydigan stress omillari ish bilan bog'liq qiyinchiliklar (40–50%), oilaviy nizolar (35–45%) va moliyaviy muammolar (25–30%) bo'ldi. Bu psixoemotsional omillarning oshqozon shilliq qavatiga ta'siri **gipersekretor reaksiyalar va oshqozon kislotalarining ko'payishi** orqali o'zini ko'rsatishi mumkin, natijada surunkali gastrit alomatlari kuchayadi. Shu nuqtai nazardan, tadqiqotimizning natijalari klinik jihatdan ham muhim ahamiyatga ega: bemorlarda psixoemotsional stressni aniqlash va kamaytirish choralarini qo'llash kasallik simptomlarini yengillashtirish va remissiyani uzaytirishga yordam beradi.

Bundan tashqari, yuqori stress darajasi bilan surunkali gastrit o'rtasidagi bog'liqlik bemorlarga individual yondashuv zarurligini ko'rsatadi. Masalan, psixologik konsultatsiyalar, stressni boshqarish metodlari, meditatsiya va sog'lom hayot tarzini rag'batlantirish surunkali kasallik alomatlarini kamaytirishga yordam beradi. Shu bilan birga, yuqori ballga ega bemorlar shaxsiy psixologik qo'llab-quvvatlashni talab qiladi, chunki ular bir nechta yuqori darajadagi stress omillarini boshdan kechirgan.

Tadqiqotning cheklovlari ham mavjud: ishtirokchilar soni nisbatan kichik (20 nafar bemor), shuningdek, intervyular individual suhbat shaklida o'tkazilgan. Shu sababli, natijalarni kengroq aholiga to'g'ridan-to'g'ri tatbiq qilishdan oldin, qo'shimcha katta miqdordagi tadqiqotlar o'tkazilishi tavsiya etiladi.

Umuman olganda, ushbu tadqiqot natijalari surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarning psixoemotsional stressini baholash va unga qarshi chora-tadbirlar qo'llashning ahamiyatini yaqqol ko'rsatadi. Natijalar shuni bildiradiki, surunkali gastritni samarali davolash uchun faqat medikamentoz yondashuv emas, balki bemorning psixoemotsional holatini baholash va stressni kamaytirish choralarini qo'llash ham muhimdir.

Xulosa

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, surunkali gastrit bilan kasallangan bemorlarning aksariyatida psixoemotsional stress yuqori darajada bo'lib, u kasallik simptomlarini kuchaytiradi. Shu sababli, surunkali gastritni samarali davolashda faqat medikamentoz yondashuv emas, balki bemorlarning psixoemotsional holatini baholash va stressni kamaytirish choralari qo'llash muhim hisoblanadi. Kelajakda bemorlar uchun individual psixologik qo'llab-quvvatlash va stressni boshqarish dasturlari ishlab chiqilishi tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Montaña, J. I., Dossman, X., Herrera, J. A., Bromet, A., & Moreno, C. H. Helicobacter pylori and psychosocial stress in patients with chronic gastritis. *Colombia Médica*, 37(2 Suppl 1), 39–44. DOI:10.xxxx/cm.v37i2Suppl1.436 — Bu tadqiqotda surunkali gastrit bemorlarida psychosocial stress va Helicobacter pylori infeksiyasi o'rtasidagi aloqalar tahlil qilingan va stress darajasi o'lchangan.
2. Saba, M. I., Khan, B. A., Islam, A., & Zahid, S. (2024). The impact of psychological stress on gastrointestinal health: A focus on gastritis. *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology*, 31(11), 2413–2418 — Psixologik stress va gastrit aloqasi, stressning oshqozon belgilari va kasallik rivojlanishiga ta'siri ko'rsatgan tadqiqot.
3. Goldberg, S. J., Smith, C. L., & Connell, A. M. (1976). Emotion-related gastritis. *American Journal of Gastroenterology*, 65(1), 41–45 — Oshqozon shilliq qatlamida emotsional stress bilan bog'liq morfologik o'zgarishlar va gastrit ijtimoiy-emotsional omillar bilan bog'liqligi tahlil qilingan klassik tadqiqot.
4. Gupta, Y. et al. (2025). Unraveling the anxiety-gastritis connection: A population-based clinical investigation. *Journal of Affective Disorders* — Keng ko'lamlilik klinik tadqiqotda oshqozon kasalliklari va bezovtalik (anxiety) o'rtasidagi ikki tomonlama munosabatlar o'rganilgan.
5. Kabeer, K. K. et al. (2017). Prevalence of Helicobacter pylori infection and stress, anxiety or depression in functional dyspepsia and outcome after appropriate intervention. *Journal of Clinical and Diagnostic Research* — Psixologik stress, bezovtalik va depressiya indeksleri bilan gastrit simptomlari yuqoriligi tahlil qilingan klinik-intervensiyon tadqiqot.
6. Megha, R. (2023). Stress-induced gastritis. *StatPearls Publishing* — Stress ta'siri ostida oshqozon shilliq qavati yallig'lanishi (stress gastrit) mexanizmlari va stress bilan bog'liq fiziologik jarayonlar haqida umumiy sharh.
7. Han, Y. et al. (2019). Chronic psychological stress induces gastritis ... with decreased production of hydrogen sulphide and microbial dysbiosis. *ResearchGate Publication* — Surunkali stress va oshqozon yallig'lanishi o'rtasidagi mexanistik aloqalarni laboratoriya modelida ko'rsatgan tajriba.
8. Al Quraan, A. M. et al. (2019). The psychotic impact of Helicobacter pylori gastritis and depression. *PMC, PMID 31799095* — H. pylori gastrit va depressiya o'rtasidagi klinik simptomatik bog'liqliklar va psixologik terapiya ta'siri haqida izlanishlar.