

## TIBBIYOT XODIMLARIDA SURUNKALI CHARCHOQ SINDROMI

**Muhammodiyeva Shalola Muhiddin qizi**

Toshkent davlat texnika universiteti "Pedagogika va psixologiya" kafedrası assistenti

### ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada tibbiyot xodimlarining o'z kasbiy faoliyati davomida duch kelishi mumkin bo'lgan ruhan charchoq hamda travmatizmi bilan bog'liq muammolari keltirilgan. Charchoq sindromining kelib chiqish sabablari, asorati, insonning o'ziga va atrofdagilarga munosabati va ushbu holatda psixologik korreksiya olib borish, tibbiyot xodimlariga malakali psixologik yordam xizmatini tashkil etish to'g'risida to'xtalib o'tilgan.

**Kalit so'zlar:** asteniya, travmatizatsiya, yatrogeniya, diagnostika, deontologiya, emotsionallik, astenik charchoq, diagnoz.

Inson mehnat faoliyati davomida, garchand, u o'zining sevimli mashg'uloti, sevimli kasbi bilan shug'ullansada, ba'zida ham ruhan ham jismonan charchoq hissini tuyishi mumkin. Inson va insonning o'zaro aloqasi bilan bog'liq bo'lgan kasblarda kasbiy charchoq, avvalo, boshqa odamlardan charchashdir. Bu juda ko'p odamlar bilan doimiy hissiy aloqada bo'lishdan kelib chiquvchi charchoqning o'ziga xos turi. Bu charchoq hissi, ayniqsa, shifokorlik kasbiga taalluqlidir, chunki bu kasb mutaxassislarining shaxsiga katta talablar qo'yiladi va boshqa odamning hayoti va sog'lig'i uchun javobgarlikni o'z zimmlariga olishadi. Charchoqning paydo bo'lishini sog'liqni saqlashdagi ishning o'ziga xos xususiyatlari: navbatchilik, smenada ishlash, haddan tashqari ko'p bemorlarni qabul qilish keltirib chiqarishi mumkin. "Charchoq asteniyasi" odatda har doim asta-sekinlik bilan rivojlanib boradi (shiddatli ish boshlangan kundan boshlab 6 yoki undan ortiq oy ichida), undan oldin ozmi-ko'pmi irodali harakat, ruhiy taranglik va charchoq sharoitida ishni davom ettirish davri keladi. Charchoq odamning ish qobiliyatini va uning ish samaradorligini sezilarli pasaytiradi, bu esa o'zining nomuvofiqligi hissi shaklida doimiy shikastlanish holatini vujudga keltiradi va hatto nevrotik buzilishga ham olib kelishi mumkin. Asteniyaning eng keng tarqalgan alomati - bu asabiylashish. Bu o'zini kuchaygan qo'zg'aluvchanlikda, sabrsizlikda, norozilikda va noaniqlikda namoyon qiladi. Achchiqlanishning namoyon bo'lishi ko'pincha qisqa muddatli epidemiyaxarakteriga ega bo'lib, ular ko'pincha pushaymonlik, boshqalardan kechirim, sustlik va charchoq hissi bilan almashtiriladi. Ushbu asosiy alomatlardan tashqari, asteniya bilan og'riغان insonlar fikrsizlik, yomon uyqu, havotir, kayfiyatning beqarorligi va bosh og'rig'idan shikoyat qiladilar.[1]

Jamiyatdagi shaxslarning ongida shifokorlarning sog‘lig‘i boshqa odamlarning salomatligiga qaraganda yaxshiroq degan fikr bor. Biroq, bu biroz noto‘g‘ri tushuncha, tibbiyot mutaxassislarida charchoq, ayniqsa ularning psixosotsional, ruhiy holati bilan bog‘liqdir. Bu borada ularning holatiga munosabat asosan ikki turdagi shifokorlarda uchraydi:

1) inkor etish – ular ko‘pincha o‘zlarining psixologik holatlariga ahamiyat bermaydi, buni oddiy, ortiqcha yuklamaning natijasi deb biladilar, bu borada mutaxassislardan yordam so‘ramaydilar;

2) ishdan bo‘shatish - ularning charchoqlarini kam baholaydi; ularning turmush tarzini o‘zgartirmaydi, bu, qoida tariqasida, psixologik salomatlikka mos kelmaydi. Ko‘pincha surunkali charchoq sindromi bilan og‘rigan shifokorlar nafaqat nomukammal “o‘z-o‘zini tashxislash” ga, balki nomukammal “o‘z-o‘zini davolash” ga ham moyil bo‘ladi – ya’ni ular trankvilizatorlar yoki “taranglik” dan xalos bo‘lmoqchi bo‘lib alkogolli ichimliklardan ham foydalanishi nazarda tutiladi. Shifokorning, umuman olganda tibbiyot xodmlarining charchashi uning kasbiy faoliyatiga va shu bilan birga bemorlarga ham salbiy ta’sir qiladi. Charchoqning oqibatlarida juda xilma-xil ko‘rinishda kechishi mumkin. Ular o‘zlarini sabrsizlik va asabiylikda namoyon qilishlari mumkin - shifokor har bir bemorni tayinlash vaqtini qisqartiradi, charchoqni keltirib chiqaradigan ishni iloji boricha tezroq tugatishga intiladi, bemorda esa shifokor undan qutulmoqchi ekanligi haqida taassurot qoldiradi, uning shikoyatlari jiddiylikni sezmaydi va umuman unga hurmatsizlik munosabatida bo‘ladi. Shifokorning mehnat unumdorligi kontsentratsiyadagi qiyinchiliklar, tashxis qo‘yish va davolash usulini tanlashdagi qiyinchiliklar, ushbu turdagi diagnostik qisqa tutashuvlar ustunligi tufayli kamayadi va sekinlashadi. Bunday shifokor bemorga beparvo, o‘z muammolari bilan band va ko‘pincha shunchaki qobiliyatsiz bo‘lgan ko‘rinishda taassurot qoldiradi. E’tiborsizlik va shoshqaloqlik bemorning ruhiy travmatizatsiyasi (yatrogenizm) bilan beparvo qilingan bayonotlarga va hatto to‘g‘ridan-to‘g‘ri asossiz tashxis qo‘yish yoki noto‘g‘ri tanlangan davolash kabi tibbiy xatolarga olib kelishi mumkin.[2]

Tibbiy xatolarning ko‘payishi, ish faoliyatidagi qiyinchiliklar, yangi materialni idrok etishda qiyinchiliklar bilan o‘z kasbiy nomuvofiqligini boshdan kechirish shifokorning o‘z travmatizmiga sabab bo‘ladi, bu ularning faoliyati natijalaridan norozilik hissi paydo bo‘lishiga olib keladi. Uning ahvolini ma’muriyat bilan ham (qoniqarsiz ish yuzasidan shikoyatlar tufayli) va hamkasblar bilan (charchoq tufayli paydo bo‘lgan tirnash xususiyati tufayli) va bemorlar bilan (tibbiy xatolar, psixologik yondashuvning yo‘qligi, malakasiz bayonotlar) ziddiyatlar paydo bo‘lishi bilan og‘irlashtirishi mumkin.

Shifokorlar ishining psixologizatsiyasi ham bemorlarning, ham shifokorning o‘ziga xos xususiyatlari, uning shaxsiy fazilatlarini, tajribasi va vakolati bilan bog‘liq.

Xuddi shu deontologik ta'sir usullari, bitta shifokor uchun samarali bo'lsa, boshqasi uchun umuman qabul qilinishi mumkin emas yoki qabul qilinishi mumkin emas. Bu shifokor faoliyatining eng muhim psixologik jihatlaridan biridir. Darhaqiqat, har kim ham bu ishga qodir emas, shuning uchun shifokor sifatida kasb tanlashda kasbga yo'naltirish muhim ahamiyatga ega.

Hissiy barqarorlik hissiy omillar ta'sirida maqbul ko'rsatkichlarni saqlab turish qobiliyati sifatida ham ko'p jihatdan o'zini o'zi qadrlash xususiyatlariga bog'liq. Bu tashvish bilan chambarchas bog'liq - bu xususiyat biologik jihatdan aniqlangan xususiyatdir. Ushbu ikkala fazilat, ba'zida temperamentning xususiyatlari, ko'pincha ko'plab kasbiy faoliyat turlarida qayd etilgan ko'plab faoliyat turlarida professional ahamiyatga ega bo'lgan shaxsiy xususiyatlar sifatida qaraladi. Shunga o'xshash munosabatlar ko'pincha ishlash va hissiy barqarorlik o'rtasida kuzatiladi. Faoliyatning ko'p turlarida hissiylik muhim ahamiyatga ega - bu hissiy tajribalar uchun ajralmas qobiliyatdir. Ushbu sohaga alohida jiddiy talablarni yuqori emotsionallik va shu bilan birga hissiy barqarorlikni talab qiladigan kasblar, masalan, shifokor faoliyati talab qiladi.[3]

Amaliyotda psixologik muammo vrach u bilan bemor o'rtasidagi munosabatlar yomon rivojlanib borayotganini sezgan hollarda paydo bo'ladi. Shunda shifokor o'zini tutish bilan, sabr-toqat bilan, provokatsiyalarga berilmaslik, o'zini qo'zg'atmaslik va asta-sekin xotirjamlik va tushuncha bilan bemorning ishonchini qozonishga harakat qilishdan boshqa iloji yo'q. Shunday qilib, biz to'g'ri tajribani yaratamiz, ya'ni bemorning salbiy namoyonlarini o'zimizning ijobiy namoyishlarimiz yordamida tuzatish kerak, masalan, sabr-toqat, xushmuomalalik va bag'rikenglik. Va, aksincha, stereotipik, hanuzgacha, afsuski, ko'pincha o'z-o'zidan paydo bo'ladigan "tabiiy" reaksiya - g'azabga g'azab, kinoya kinoyasi, darmonsizlikka darmonsizlik, depressiyadan ruhiy tushkunlik - bemorning "gunohkor" va muammoli munosabati hamda nizolar, tushunmovchiliklar ehtimolini kuchaytiradi, o'sadi. Ushbu xatti-harakatni "olovga yog' qo'shing" iborasi bilan tavsiflash mumkin. Bundan tashqari, aynan shu "tabiiy" reaksiya vaqtini behuda sarflaydi, aksincha yondashuv, ya'ni odamni qanday bo'lsa shunday qabul qilish shifokor va bemorning vaqtini tejaydi.[4]

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI: (REFERENCES)**

1. Vasyuk, Andrey Grigorievich vrach shaxsining kasbiy rivojlanishining psixologik xususiyatlari.2000.86-b.
2. Падун, М.А. Пациенты и дистресс во время пандемии COVID–19  
BMC Psychiatry. 2018.
3. <https://www.who.int/health-topics>.
4. <https://enjoybooks.ru>