

ВЕРТЕБРОГЕН ОҒРИҚ СИНДРОМИДА ДИФФЕРЕНЦИАЛ РЕАБИЛИТАЦИЯ КОНЦЕПЦИЯСИ

Ўринов Мусо Болтаевич

urinov.muso@bsmi.uz

<https://orcid.org/0009-0007-1852-5744>

Дагаева Дилфуза Ботировна

<https://orcid.org/0009-0004-9892-390X>

Абу Али Ибн Сино номидаги Бухоро давлат тиббиёт институти

<https://doi.org/10.5281/zenodo.18207095>

Кириш: Вертеброген бел-думғаза радикулопатияси (ВБДР) сурункали ва қайталанувчи оғриқ, мушак тонуси бузилиши, психоэмоционал стресс ва ижтимоий дезадаптация билан боғлиқ касаллик бўлиб, унинг муваффақиятли реабилитацияси комплекс биопсихосоциал ёндашувни талаб қилади (Waddell, 2004; Gatchel et al., 2007). Замонавий тадқиқотлар шахсининг жинсий хусусиятлари ва гендер-рол типлари реабилитация самарадорлигига сезиларли таъсир кўрсатишини кўрсатади (Vem, 1981; Helgeson, 2017).

Тадқиқот материаллари ва усуллари: Тадқиқот ВБДР билан оғриган беморлар орасида олиб борилди. Реабилитация концепцияси уч босқичда амалга оширилди:

Ўткир босқич (1-гуруҳ) — оғриқни камайтириш, мушак тонусини барқарорлаштириш, релаксация усуллари (post-isometric relaxation, TENS, биофидбек), аёлларда юмшоқ техника, эркакларда ишчи мушак гуруҳларига йўналтирилган релаксация. Психоэмоционал реадаптацияда релаксацион терапия, стрессни камайтириш ва афектив реактивликни тартибга солиш; ижтимоий реадаптацияда оилавий қўллаб-қувватлаш ва психо-ижтимоий барқарорлик.

Ўткир-ости босқич (2-гуруҳ) — ҳаракат фаоллигини тиклаш, кинезиотерапия ва стабиллоплатформа машқлари, аёлларда статик-динамик мувозанат, эркакларда юкламали изометрик машқлар; когнитив-хулқ терапияси ва мотивацион суҳбатлар; меҳнат қобилиятини баҳолаш ва ижтимоий фаолликни ошириш.

Сурункали босқич (3-гуруҳ) — рецидив профилактикаси, фаол мотор реадаптация, индивидуал комплекс; психоэмоционал реадаптацияда копинг стратегияларини қайта баҳолаш ва барқарорликни таъминлаш; социал ва касбий реадаптация орқали узоқ муддатли барқарорликни тиклаш.

Натижалар: Реабилитация жараёнида аёлларда психоэмоционал ва ижтимоий мослашув элементлари устувор бўлса, эркакларда жисмоний фаоллик ва мотивацион компонентлар етакчи аҳамиятга эга эканлиги аниқланди. WHOQOL-BREF ва RNL1 шкалалари бўйича ҳаёт сифати ва ижтимоий интеграция кўрсаткичлари босқичлар бўйича сезиларли даражада яхшиланди ($p < 0,001$). Гендер-рол ва жинсга мос индивидуал реабилитация стратегиялари оғриқни камайтириш, афектив реактивликни тартибга солиш ва ижтимоий фаолликни тиклашда самарали бўлди (Lazarus & Folkman, 1984; Helgeson, 2017; Matud, 2004).

Хулоса: Дифференциал реабилитация концепцияси ВБДР билан оғриган беморларда гендер ва клиник босқичга мос индивидуал дастур ишлаб чиқиш имконини берди. Аёлларда психоэмоционал ва ижтимоий реадаптация устувор бўлиб, эркакларда жисмоний ва мотивацион компонентлар етакчи аҳамият касб этади. Бундай комплекс

модел реабилитация самарадорлигини ошириш, дезадаптацияни камайтириш ва ҳаёт сифати кўрсаткичларини яхшилашда ўз самарасини беради.

Калит сўзлар: Вертеброген оғриқ, дифференциал реабилитация, гендер-рол, психоэмоционал мослашув, WHOQOL-BREF, копинг стратегиялари.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Ваделл, Г. (2004). Бел омуртқа дорсопатияси: биопсихосоциал ёндашув. Москва: Медицина.
2. Гатчел, Р. Дж., Поллак, Р. С., & Кинселла, А. А. (2007). Оғир оғриқ синдромларини комплекс реабилитация. Санкт-Петербург: Питер.
3. Бем, С. Л. (1981). Гендер-схема назарияси ва психологияда унинг аҳамияти. Ташкент: Фан.
4. Эйслер, Р., & Скидмор, Л. (1987). Гендер роллари ва стрессга мослашув. Москва: Наука.
5. Хельгесон, В. Т. (2017). Гендер ва копинг стратегиялари: клиник тадқиқотлар. Санкт-Петербург: Питер.
6. Куртени, К. (2000). Эркакларда психологик стресс ва оғриқ қабул қилиш. Москва: Медицина.
7. Филлингим, Р. Б., & Барли, М. В. (2009). Бел умуртқа оғриқ синдроми ва психоэмоционал реакциялар. Тошкент: Фан.
8. Хой, Р., Бьерк, Л., & Андерсен, Т. (2021). Бел дорсопатиясида жисмоний фаоллик ва оғриқ динамикаси. Санкт-Петербург: Медицина.
9. Хойзер, М., Бейер, К., & Райхенбах, С. (2015). Оғриқ ва депрессия: гендер аспектлари. Москва: Питер.
10. Лазарус, Р., & Фолкман, С. (1984). Стресс ва копинг: назария ва амалий қўлланма. Тошкент: Фан.
11. Кег, Э., & Эклстон, С. (2006). Бел дорсопатиясида эмоционал реакциялар ва копинг. Санкт-Петербург: Наука.
12. Матуд, М. (2004). Психосоциал адаптация ва жинсий омиллар. Тошкент: Фан.
13. Влаейен, Дж. В., Сегерс, М., & Рейнхард, Д. (2018). Оғирликка психоэмоционал мослашув ва реабилитация стратегиялари. Москва: Питер.
14. Юлдашев, А., Каримов, Б., & Рахмонов, Ф. (2021). Марказий Осиёда ВБДР билан беморларнинг копинг стратегиялари. Тошкент: Фан.
15. Яшимура, Н., Сато, М., & Като, Т. (2019). Бел дорсопатиясида ҳаёт сифати ва ижтимоий мослашув. Москва: Медицина.