

EKOLOGIK NOSOG‘LOMLIK SHAROITIDA RUHIY KASALLIKLARNING ZAMONAVIY EPIDEMIOLOGIYASI: JAHON TENDENSIYALARI VA QORAQALPOG‘ISTON RESPUBLIKASINING O‘ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Niyazimbetova Umida Yusupbayevna

Shifokor Psixiatr Respublika ixtisoslashtirilgan ilmiy-amaliy tibbiyot markazi ruhiy salomatlik bo‘yicha
psixiatriya

Qoraqalpog‘iston Respublikasi xizmatida, Nukus shahri, O‘zbekiston

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.21934008>

Annotatsiya. Maqolada ruhiy kasalliklar epidemiologiyasining zamonaviy jahon tendensiyalarining tahliliy sharhi keltirilgan bo‘lib, unda jiddiy texnogen va ekologik yuklamaga ega hududlarga alohida e‘tibor qaratilgan. Qoraqalpog‘iston Respublikasi (Janubiy Orolbo‘yi) misolida Orol dengizi ekologik halokatining aholi ruhiy salomatligiga kompleks ta‘sir ko‘rib chiqilgan. Tuz-chang aerzollari va toksikantlar ta‘siridan tortib, ijtimoiy-iqtisodiy stress va solastalgiya sindromigacha bo‘lgan asosiy xavf omillari tahlil qilindi. Somatik patologiya bilan chambarchas bog‘liq bo‘lgan chegara astenik, xavotirli-depressiv va somatoform buzilishlar ustunlik qiladigan kasallanish tuzilmasi ochib berilgan. Hududda tibbiy-psixologik yordamni sog‘liqni saqlashning birlamchi bo‘g‘iniga integratsiya qilish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqildi.

Tayanch iboralar: ruhiy buzilishlar epidemiologiyasi, ekologik inqiroz, Orolbo‘yi, Qoraqalpog‘iston Respublikasi, xavf omillari, astenik sindrom, solastalgiya, toksik-ekologik stress.

Abstract. The article provides an analytical review of modern global trends in the epidemiology of mental disorders, with particular emphasis on regions with critical technogenic and environmental pressures. Using the Republic of Karakalpakstan (Southern Aral Sea region) as an example, the comprehensive impact of the Aral Sea ecological catastrophe on the mental health of the population was examined. Key risk factors were analyzed, ranging from exposure to salt-dust aerosols and toxicants to socio-economic stress and solasthalgia syndrome. The morbidity structure has been revealed, in which borderline asthenic, anxiety-depressive, and somatoform disorders predominate, which are closely linked to somatic pathology. Recommendations have been formulated for integrating medical and psychological assistance into the region's primary healthcare system.

Keywords: epidemiology of mental disorders, environmental crisis, Aral Sea region, Republic of Karakalpakstan, risk factors, asthenic syndrome, solasthalgia, toxic-ecological stress.

Аннотация. В статье приведен аналитический обзор современных мировых тенденций эпидемиологии психических расстройств с особым акцентом на регионы с критической техногенной и экологической нагрузкой. На примере Республики Каракалпакстан (Южное Приаралье) рассмотрено комплексное влияние экологической катастрофы Аральского моря на ментальное здоровье населения. Проанализированы ключевые факторы риска - от воздействия солепылевых аэрозолей и токсикантов до социально-экономического стресса и синдрома солостальгии. Раскрыта структура заболеваемости, в которой преобладают пограничные астенические, тревожно-депрессивные и соматоформные расстройства, тесно связанные с соматической патологией. Сформулированы рекомендации по интеграции медико-психологической помощи в первичное звено здравоохранения региона.

Ключевые слова: эпидемиология психических расстройств, экологический кризис, Приаралье, Республика Каракалпакстан, факторы риска, астенический синдром, солостальгия, токсико-экологический стресс.

1. KIRISH. Zamonaviy bosqichda ruhiy buzilishlar epidemiologiyasining rivojlanishi inson yashash muhitining sezilarli darajada o‘zgarishi sharoitida sodir bo‘lmoqda. Jahon sog‘liqni saqlash tashkilotining (JSST) zamonaviy hisob-kitoblariga ko‘ra, 2019-yilda dunyodagi har sakkizinchi odam ruhiy kasallik bilan yashagan, ruhiy, nevrologik va psixoaktiv moddalarni iste‘mol qilish bilan bog‘liq kasalliklar esa global kasalliklar yukining sezilarli qismini tashkil etgan [8. 2022]. JSSTning global hisob-kitoblariga ko‘ra, 2021-yilda ruhiy kasalliklar DALY bilan o‘lchanadigan global kasallik yukining taxminan 5,2 foizini tashkil etdi, bunda ruhiy va nevrologik holatlar birgalikda nogironlik bilan yashab o‘tilgan umrning (YLD) yetakchi manbalaridan biri bo‘lgan [11. 2022].

Ko‘pchilik ruhiy buzilishlarning etiologiyasi biopsixosotsial xarakterga ega. Genetik, neyrobiologik

va ijtimoiy-psixologik omillar bilan bir qatorda, atrof-muhit omillarining ta'siriga, jumladan havo va suvning ifloslanishi, iqlim o'zgarishi, ekstremal ob-havo hodisalari, ekotizimlarning tanazzuli va majburiy ijtimoiy-iqtisodiy o'zgarishlarga tobora ko'proq e'tibor qaratilmoqda [3. 2022; 8. 2022]. Ayniqsa, ekologik ofatlarning aholining ruhiy-ijtimoiy farovonligiga ta'siri muhim ahamiyatga ega, chunki u bevosita jismoniy omillarning ta'siri orqali ham, bilvosita - surunkali stress, ijtimoiy-iqtisodiy ahvolning yomonlashuvi, odatiy turmush tarzining yo'qolishi va ekologik tashvish orqali ham namoyon bo'lishi mumkin.

Keng ko'lamli ekologik o'zgarishlarning eng yorqin jahon misollaridan biri Janubiy Orolbo'yi mintaqasi, xususan, Qoraqalpog'iston Respublikasidir. Orol dengizi maydonining halokatli qisqarishi natijasida Orolqum cho'lining sobiq akvatoriyasining katta qismi shakllangan. Ochiq dengiz tubi tuz va chang aerezollari manbaiga aylandi: turli hisob-kitoblarga ko'ra, shamol eroziyasi har yili qurigan tub hududidan taxminan 15-75 million tonna ifloslangan qum, chang va tuzlarni olib ketadi [4. 2015: B.101-110; 12]. Ekologik o'zgarishlar turmush sharoitlarining yomonlashuvi, an'anaviy iqtisodiyotning o'zgarishi va aholining tibbiy hamda ruhiy-ijtimoiy muammolarining barqaror majmuasini shakllantirish bilan birga kechmoqda [13. 2021; 5. 2002].

Psixiatrik epidemiologiya uchun bevosita Qoraqalpog'istonda o'tkazilgan tadqiqotlar alohida ahamiyatga ega. Xususan, Krayton va uning hammualliflari ekologik xavotirlar, ruhiy-ijtimoiy tushkunlik va mintaqa aholisi salomatligini subyektiv baholash o'rtasida statistik jihatdan sezilarli bog'liqlikni ko'rsatdilar [2. 2003: B.551-567; 1. 2003: B.73-82]. Bu Orolbo'yi mintaqasini ekologik nosog'lomlik, somatik salomatlik va aholining ruhiy holati o'rtasidagi bog'liqlikni o'rganish uchun noyob tabiiy model sifatida ko'rib chiqish imkonini beradi.

2. MATERIALLAR VA USULLAR

Tadqiqotning metodologik asosini 1999-yildan 2025-yilgacha bo'lgan davrda mahalliy va xorijiy ilmiy adabiyotlarda chop etilgan epidemiologik, ekologik-gigiyenik va ijtimoiy-psixologik ma'lumotlarning tizimli tahlili tashkil etdi.

Tahlilga Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti materiallari, ekologik ofatlarning ruhiy-ijtimoiy oqibatlariga bag'ishlangan xalqaro ilmiy tadqiqotlar ma'lumotlari, Orolbo'yi aholisini o'rganish natijalari, shuningdek, Orol dengizi qurishining ekologik, tibbiy va ijtimoiy-iqtisodiy oqibatlarini tavsiflovchi nashrlar kiritilgan [11. 2022; 4. 2015: B.101-110; 13. 2021; 2. 2003: B.551-567; 1. 2003: B.73-82].

Bevosita Qoraqalpog'iston aholisi o'rtasida o'tkazilgan tadqiqotlarga alohida e'tibor qaratildi. 1999-yilda Qoraqalpog'istonning uchta aholi punktida 1118 kishi ishtirokida o'tkazilgan Krayton va boshqalarning tadqiqot natijalari muhim o'rin tutadi. Tadqiqotda Umumiy sog'liqni saqlash so'rovnomasi (USS), SCL-90 somatik belgilarni tekshirish ro'yxati, shuningdek, ekologik falokatni idrok etish, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarni tavsiflovchi savollar qo'llanildi [2. 2003: B.551-567].

Tahlil quyidagi yo'nalishlar bo'yicha o'tkazildi: ruhiy buzilishlarning tarqalishi va tuzilishi; ekologik va psixosotsial xavf omillari; hissiy distressning somatiklashuvi; ekologik o'zgarishlarning salomatlikni subyektiv baholashga ta'siri; bolalar va kattalar aholisining o'ziga xos xususiyatlari; shuningdek, mintaqada ruhiy salomatlik tizimini takomillashtirishning mumkin bo'lgan yo'nalishlari.

3. NATIJALAR VA MUHOKAMA

3.1. Ruhiy kasalliklar epidemiologiyasining jahon tendensiyalari

Global populyatsiyada ruhiy buzilishlar hayot sifatining uzoq muddatli pasayishi va nogironlik bilan bog'liq kasalliklarning eng muhim guruhlaridan birini tashkil etadi. JSST ma'lumotlariga ko'ra, 2019-yilda dunyodagi har sakkiz kishidan taxminan bittasi ruhiy kasallikka chalingan [7]. 2021-yilda ruhiy buzilishlar global kasalliklar yukining taxminan 5,2 foizini tashkil etdi, ruhiy, nevrologik va psixoaktiv moddalarni iste'mol qilish bilan bog'liq buzilishlar esa birgalikda DALY global ko'rsatkichining taxminan 10,1 foizini tashkil etdi [11. 2022].

Asosiy zamonaviy tendensiyalarga quyidagilar kiradi:

1) Xavotir va depressiv buzilishlarning yuqori darajada tarqalishi. Depressiv va xavotirli buzilishlar dunyodagi eng keng tarqalgan ruhiy holatlarga kiradi. JSST ma'lumotlariga ko'ra, 2019-yilda taxminan 280 million kishi depressiyadan aziyat chekkan [6]. Shu bilan birga, depressiv va xavotirli buzilishlar mehnat qobiliyatining pasayishi, hayot sifatining yomonlashishi va somatik asoratlar xavfining ortishi tufayli sezilarli ijtimoiy-iqtisodiy yukni shakllantiradi.

2) Ruhiy yukning katta qismini yosh yosh guruhlariga ko'chirish. Ruhiy buzilishlar ko'pincha o'smirlik va yoshlik davrida namoyon bo'ladi. JSSTning zamonaviy hisob-kitoblarga ko'ra, 10-19 yoshli o'smirlarning taxminan 14,3 foizi ruhiy kasallikka chalingan [9]. Shu bilan birga, ko'plab holatlar

aniqlanmay va davolanmay qolmoqda, bu esa keyinchalik surunkali tus olish va ijtimoiy moslashmaslik xavfini oshiradi.

3) Psixiatriya yordamidan foydalanish imkoniyatining saqlanib qolayotgan taqchilligi. Ruhiy kasalliklarning tarqalishi va ixtisoslashtirilgan yordamning mavjudligi o'rtasidagi sezilarli farq global muammolardan biri bo'lib qolmoqda. Past va o'rta daromadli mamlakatlarda ruhiy kasalliklarga chalingan odamlarning 75 foizdan ortig'i zarur davolanishni olmaydi [9]. Bu asosiy ruhiy salomatlik xizmatlarini birlamchi tibbiy-sanitariya yordamiga integratsiya qilish zarurligini ta'kidlaydi.

4) Ekologik va iqlimiy stressorlar rolining ortishi. Iqlim o'zgarishi, ekologik ofatlar, atrof-muhitning ifloslanishi va odatiy yashash muhitining yo'qolishi stress, xavotir, depressiv alomatlar va boshqa ruhiy-ijtimoiy oqibatlarini kuchaytirishi mumkin bo'lgan omillar sifatida qaraladi. Ekologik xavotir va solastalgiya hodisalariga - odatiy tabiiy va ijtimoiy muhitning buzilishiga nisbatan hissiy reaksiyalarga alohida e'tibor qaratilmoqda [3. 2022; 8. 2022].

3.2. Qoraqalpog'iston Respublikasida o'ziga xos xavf omillari

Orolbo'yi mintaqasidagi ekologik falokat aholining jismoniy va ruhiy salomatligiga potensial ta'sir ko'rsatuvchi omillarning ko'p komponentli tizimini shakllantirdi. Ularni shartli ravishda uchta asosiy guruhga bo'lish mumkin.

A. Fizik-kimyoviy va ekologik omillar:

Tuz-chang aerizoli. Orol dengizining qurishi natijasida ochiq dengiz tubining katta maydoni shakllanib, u chang va tuz aerizolari manbaiga aylandi. Xalqaro ekologik tadqiqotlarning hisob-kitoblariga ko'ra, qurigan Orol dengizi hududidan ifloslangan qum va changning yillik tashilishi 15-75 million tonnani tashkil etishi mumkin [4. 2015: B.101-110; 12]. Chang shleyflari yuzlab kilometr masofaga tarqalishi mumkin, mayda zarrachalar esa nafas olish a'zolari va yurak-qon tomir tizimiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin [4. 2015: B.101-110].

Shu bilan birga, ta'kidlash joizki, PM_{2,5}/PM₁₀ zarrachalarining ta'siri va aniq ruhiy kasalliklar o'rtasidagi to'g'ridan-to'g'ri sababiy bog'liqlikni Qoraqalpog'istonga nisbatan yakuniy isbotlangan mintaqaviy fakt sifatida emas, balki istiqbolli tadqiqot yo'nalishi sifatida ko'rib chiqish lozim.

Ichimlik suvi sifati va kimyoviy ifloslanishi. Orol dengizi havzasining ekologik o'zgarishi suv mineralizatsiyasining o'zgarishi, tuproq degradatsiyasi va turli kimyoviy ifloslantiruvchi moddalarning to'planishi bilan birga kechdi. Zamonaviy tadqiqotlar tahlili shuni ta'kidlaydiki, Orolbo'yi aholisi uzoq vaqt davomida bir qator ekologik va ijtimoiy-iqtisodiy omillar ta'siriga duchor bo'lgan, biroq har bir ifloslantiruvchi moddaning ruhiy kasalliklar shakllanishiga qo'shgan aniq hissasi yanada epidemiologik o'rganishni talab etadi [13. 2021].

B. Psixosotsial va iqtisodiy omillar

"Solastalgiya" sindromi. Ekologik nosog'lom hududlar aholisi uchun odatiy tabiiy va ijtimoiy muhitning yo'qolishini boshdan kechirish distressning muhim omiliga aylanadi. Solastalgiya tushunchasi odatiy yashash joyi va atrofdagi landshaftning buzilishi natijasida kuzatiladigan salbiy hissiy holatni tavsiflaydi [3. 2022].

Qoraqalpog'iston uchun bu hodisa ekologik o'zgarishlarning ko'lami va ta'sirining davomiyligi tufayli alohida qiziqish uyg'otadi. Koyton va boshqalarning tadqiqotlari shuni ko'rsatdiki, ekologik xavotirlar tekshirilgan aholining katta qismi orasida keng tarqalgan va psixologik-ijtimoiy noxushlik ko'rsatkichlari bilan bog'liq bo'lgan [2. 2003: B. 551-567].

An'anaviy turmush tarzining o'zgarishi. Orol dengizining qurishi mintaqaning an'anaviy xo'jalik tuzilmasida chuqur o'zgarishlarga olib keldi. Baliqchilikning kamayishi, qishloq xo'jaligi faoliyatining o'zgarishi, migratsiya jarayonlari va iqtisodiy beqarorlik surunkali ruhiy-ijtimoiy stressning qo'shimcha manbalariga aylandi [13. 2021; 5. 2002].

B. Biologik va somatik omillar.

Aholining yuqori darajadagi somatik og'irligi. Orolbo'yiga bag'ishlangan nashrlar va xalqaro hisobotlarda kamqonlik, nafas olish a'zolari kasalliklari va boshqa surunkali somatik holatlarning yuqori darajada tarqalganligi bir necha bor qayd etilgan. Xususan, Qoraqalpog'iston aholisining salomatlik holatiga bag'ishlangan materiallarda ayollar va bolalar orasida kamqonlikning tarqalishi 80-90% gacha baholangan [5. 2002]. Biroq, bu raqamni ehtiyotkorlik bilan talqin qilish lozim: u ma'lum tekshiruvlar va davrlarga tegishli bo'lib, avtomatik ravishda Qoraqalpog'iston Respublikasining butun aholisi o'rtasida kamqonlikning tarqalishini zamonaviy baholash sifatida qaralishi mumkin emas.

Surunkali somatik kasalliklar, astenizatsiya, uyqu buzilishi, ijtimoiy beqarorlik va ekologik stressorlarning doimiy ta'siri kombinatsiyasi xavotirli-depressiv va somatoform simptomatikaning

shakllanishiga sharoit yaratishi mumkin.

3.3. Kasallanish tarkibi va klinik-epidemiologik tavsifi

Qoraqalpog‘iston aholisining ruhiy-ijtimoiy salomatligi bo‘yicha eng muhim tadqiqotlardan biri Krayton va boshqalarning ishidir. Tadqiqot doirasida mintaqaning uchta aholi punkting 1118 nafar katta yoshli aholisi GHQ va SCL-90 yordamida tekshirildi [2. 2003: B. 551-567].

Mualliflarning ta’kidlashicha, so‘rovda qatnashganlarning 41 foizi ekologik vaziyatdan jiddiy xavotirda ekanligini, 48 foizi esa SCL-90 bo‘yicha somatik alomatlar darajasi somatik alomatlar bilan namoyon bo‘ladigan ehtimoliy hissiy tushkunlikka mos keladigan belgilangan chegara nuqtasidan yuqori ekanligini ma’lum qilgan [2. 2003: B. 551-567]. Ushbu natijalar ekologik noxushlik va Qoraqalpog‘iston aholisining ruhiy-ijtimoiy holati o‘rtasidagi bog‘liqlikning eng ishonchli epidemiologik dalillaridan biridir.

Xuddi shu tadqiqot guruhining uchta aholi punkting 881 nafar aholisini o‘z ichiga olgan qo‘shimcha tadqiqoti psixosotsial omillar, ekologik xavotir va salomatlikni subyektiv baholash o‘rtasidagi bog‘liqlikni ko‘rsatdi [1. 2003: B.73-82]. Mualliflar psixosotsial salomatlik va atrof-muhit holatidan xavotirlanish o‘z salomatligini salbiy baholash bilan bog‘liqligini ko‘rsatdilar.

Ushbu ma’lumotlarga asoslanib, quyidagi klinik va epidemiologik xususiyatlarni ajratib ko‘rsatish mumkin.

1. Emotsional distressning somatizatsiyasi. Surunkali ekologik stress sharoitida ruhiy noxushlik asosan somatik shikoyatlar bilan namoyon bo‘lishi mumkin. Bu birlamchi tibbiy-sanitariya yordami uchun katta ahamiyatga ega, chunki bemorlar asosan bosh og‘rig‘i, uyqu buzilishi, tez charchash, yurak yoki oshqozon-ichak shikoyatlari bilan murojaat qilishlari mumkin.

2. Xavotirli-depressiv simptomatika. Ekologik xavotir, kelajakning noaniqligi, ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarning yomonlashuvi va surunkali somatik zo‘riqish xavotirli va depressiv holatlarning o‘zaro bog‘liq xavf omillari bo‘lishi mumkin. Biroq, Qoraqalpog‘istonda ularning zamonaviy tarqalishini baholash uchun standartlashtirilgan diagnostika vositalaridan foydalangan holda yangi representativ tadqiqotlar o‘tkazish zarur.

3. Bolalar va o‘smirlar populyatsiyasining xususiyatlari. Bolalik va o‘smirlik davri ruhiy buzilishlarning shakllanishi uchun ayniqsa zaif davr hisoblanadi. JSST ma’lumotlariga ko‘ra, butun dunyo bo‘ylab 10-19 yoshli o‘smirlarning taxminan 14,3 foizida ruhiy holatlar aniqlanadi [9]. Qoraqalpog‘iston uchun bolalar va o‘smirlarda ruhiy va xulq-atvor buzilishlarining shakllanishida ekologik stress, ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlar va somatik salomatlikning hissasini aniqlash imkonini beruvchi alohida mintaqaviy tadqiqotlar zarur.

3.4. Geografik xususiyatlar va fazoviy tabaqalanish

Orolbo‘yi mintaqasidagi ruhiy-ijtimoiy nosog‘lomlikning epidemiologik manzarasi ekologik va ijtimoiy-iqtisodiy omillarning ta’sir darajasiga, jumladan, sobiq qirg‘oq chizig‘idan uzoqligi, chang bo‘ronlarining intensivligi, urbanizatsiya va xo‘jalik faoliyatining xususiyatiga qarab farq qilishi mumkin.

Shimoliy ekologik klaster - Orol dengizining sobiq akvatoriyasiga yaqinroq joylashgan hududlar, shu jumladan Qoraqalpog‘istonning Mo‘ynoq va boshqa hududlari - dengizning qurigan tubi bilan bog‘liq ekologik omillarning yaqqolroq ta’siri bilan tavsiflanadi. Krayton va boshqalarning tadqiqotida tadqiqot maydonlarini tanlashda sobiq qirg‘oqdan masofa, shahar yoki qishloq muhiti, aholi punktlarining etnik tarkibi va iqtisodiy tuzilishi hisobga olingan [2. 2003: B. 551-567].

Urbanizatsiya markazi - Nukus shahri. Shahar muhiti sharoitida ekologik omillarga urbanizatsiya stressi, ijtimoiy-iqtisodiy yuk, tibbiy va psixologik yordamdan foydalanish xususiyatlari qo‘shiladi. Shu bilan birga, aynan Nukusda boshqa hududlarga nisbatan ruhiy distress darajasi eng yuqori ekanligi haqidagi da’vo maxsus qiyosiy tadqiqotni talab qiladi va tegishli mintaqaviy ma’lumotlarsiz aniqlangan epidemiologik fakt sifatida qaralmasligi kerak.

Shunday qilib, geoaxborot texnologiyalaridan foydalangan holda ekologik va psixosotsial xavflarning fazoviy modelini yaratish va havo sifati, suv ta’minoti, somatik kasalliklar, ijtimoiy-iqtisodiy ko‘rsatkichlar va psixiatriya va psixologik yordam uchun murojaatlar haqidagi ma’lumotlarni integratsiyalash istiqbolli yo‘nalish hisoblanadi.

4. XULOSA VA TAVSIYALAR

Qoraqalpog‘iston Respublikasida ruhiy buzilishlarning zamonaviy epidemiologik manzarasi ekologik, somatik, ijtimoiy-iqtisodiy va psixosotsial omillarning uzoq muddatli ta’siri kontekstida ko‘rib chiqilishi kerak.

Qoraqalpog‘istonning tekshirilgan aholisi orasida somatik hissiy tushkunlik va ekologik xavotirning yuqori darajada tarqalganligini, shuningdek, ruhiy-ijtimoiy omillar va salomatlikni subyektiv baholash

o‘rtasida bog‘liqlik mavjudligini ko‘rsatgan Krayton va boshqalarning tadqiqot natijalari alohida ahamiyatga ega [2. 2003: B. 551-567; 1. 2003: B.73-82].

Shu bilan birga, mavjud dalillar bazasi sezilarli cheklovlarga ega. Qoraqalpog‘iston aholisining ruhiy-ijtimoiy holati bo‘yicha ixtisoslashtirilgan tadqiqotlarning aksariyati 1990-yillarning oxiri - 2000-yillarning boshlariga to‘g‘ri keladi. Shu sababli, ruhiy kasalliklarning tarqalishini zamonaviy baholash uchun standartlashtirilgan diagnostika vositalaridan foydalanadigan va zamonaviy ekologik hamda ijtimoiy-iqtisodiy sharoitlarni hisobga oladigan yangi populyatsion tadqiqotlar zarur.

Mintaqada ruhiy kasalliklar yukini kamaytirish uchun quyidagi yo‘nalishlarni amalga oshirish maqsadga muvofiq:

1. Ruhiy salomatlik xizmatini birlamchi tibbiy-sanitariya yordamiga integratsiya qilish. Birlamchi bo‘g‘in shifokorlarining xavotirli, depressiv va somatik buzilishlarni erta aniqlash bo‘yicha malakasini oshirish zarur. Skrining uchun tasdiqlangan vositalar, jumladan PHQ-9 va GAD-7, zarur hollarda esa qo‘shimcha psixometrik usullar qo‘llanilishi mumkin.

2. Psixoeologik monitoring tizimini yaratish. Ruhiy salomatlik, somatik kasalliklar, havo va suv sifati, ekologik xavf-xatarlar va ijtimoiy-iqtisodiy ko‘rsatkichlar to‘g‘risidagi ma‘lumotlarni birlashtiruvchi mintaqaviy monitoring tizimini shakllantirish maqsadga muvofiq. GAT texnologiyalaridan foydalanish xavf yuqori bo‘lgan hududlarni aniqlash va manzilli profilaktika tadbirlarini rejalashtirish imkonini beradi.

3. Psixologik moslashuv va qo‘llab-quvvatlash dasturlarini ishlab chiqish. Bolalar, o‘smirlar, ayollar va aholining boshqa zaif guruhlariga tibbiy-psixologik yordam ko‘rsatishning qulay dasturlarini tashkil etish zarur. Surunkali stress, xavotirli va depressiv buzilishlarning oldini olish, uzoq vaqt davomida mavjud bo‘lgan ekologik tahdidlarga psixologik moslashish ko‘nikmalarini shakllantirishga alohida e‘tibor qaratish lozim.

4. Zamonaviy mintaqaviy epidemiologik tadqiqotlar o‘tkazish. Dolzarb dalillar bazasini olish uchun Qoraqalpog‘istonning turli hududlarida depressiv, xavotirli, somatoform va stress bilan bog‘liq buzilishlarning tarqalishi bo‘yicha reprezentativ tadqiqotlar o‘tkazish, bir vaqtning o‘zida ekologik ta’sirlar va ijtimoiy-iqtisodiy omillarni baholash zarur.

5. "Yagona salomatlik" sektorlararo yondashuvini rivojlantirish. Orolbo‘yi aholisining ruhiy salomatligini atrof-muhit holati, insonning jismoniy salomatligi, ijtimoiy sharoitlar va mahalliy hamjamiyatlarning barqarorligi o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarning yagona tizimida ko‘rib chiqish maqsadga muvofiqdir. Bunday yondashuv ekologik va jamoat tibbiyotining zamonaviy tushunchalariga mos keladi [13. 2021].

Shunday qilib, Qoraqalpog‘iston Respublikasi ekologik halokatning uzoq muddatli ruhiy-ijtimoiy oqibatlarini o‘rganish uchun muhim model hisoblanadi. Mintaqada ruhiy kasalliklar epidemiologiyasining yanada rivojlanishi asosan tavsifiy tadqiqotlardan ruhiy salomatlikni tizimli monitoring qilish, xavf omillarini standartlashtirilgan baholash va ekologik ma‘lumotlarni tibbiy hamda ijtimoiy-demografik ko‘rsatkichlar bilan integratsiyalashga o‘tishni talab etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Crighton E.J., Elliott S.J., Upshur R., van der Meer J., Small I. The Aral Sea disaster and self-rated health // Health & Place. 2003. Vol. 9, No. 2. P. 73-82. DOI: 10.1016/S1353-8292(02)00017-5 // <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12753790/>

2. Crighton E.J., Elliott S.J., van der Meer J., Small I., Upshur R. Impacts of an environmental disaster on psychosocial health and well-being in Karakalpakstan // Social Science & Medicine. 2003. Vol. 56, No. 3. P. 551-567. DOI: 10.1016/S0277-9536(02)00054-0 // <https://www.sciencedirect.com/science/article/>

3. Galway L.P., Beery T., Jones-Casey K., Tasala K. Gaining a deeper understanding of the role of place in the development of climate anxiety // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022. Vol. 19.

4. Indoitu R., Orlovsky L., Orlovsky N. Dust emission and environmental changes in the dried bottom of the Aral Sea // Aeolian Research. 2015. Vol. 17. P. 101-110 // <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1875963715000282>

5. IRIN News / ReliefWeb. Uzbekistan: Focus on the health impact of the Aral Sea crisis. 21 January 2002 // <https://www.thenewhumanitarian.org/report/17839/>

6. World Health Organization. Depression. Geneva: WHO // <https://www.who.int/health-topics/depression>

7. World Health Organization. Mental health. Geneva: World Health Organization //

<https://www.who.int/health-topics/mental-health>

8. World Health Organization. Mental health and climate change: policy brief. Geneva: WHO, 2022 // <https://www.who.int/publications/i/item/9789240045125>

9. World Health Organization. Mental health of adolescents. Geneva: WHO // <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

10. World Health Organization. Scaling up mental health care. Geneva: WHO // <https://www.who.int/health-topics/mental-health/scaling-up-mental-health-care>

11. World Health Organization. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: WHO, 2022 // <https://www.who.int/publications/>

12. World Meteorological Organization. The Future of the Aral Sea Lies in Transboundary Co-operation. WMO Bulletin // <https://public.wmo.int/media/>

13. Zholdasova M., Tussupova A., Berndtsson R. Health Impact of Drying Aral Sea: One Health and Socio-Economical Approach // Water. 2021. Vol. 13, No. 22. Art. 3196. DOI: 10.3390/w13223196 // <https://www.mdpi.com/2073-4441/13/22/3196>