

**QARIYALARDA DEMENSIYA VA ALTSGEYMER KASALLIGI RIVOJLANISHINING
PSIXOLOGIK JIHLARI****Ismoilova Muxlisa Xasanovna**

Toshkent Ijtimoiy Innovatsiya Universiteti

Amaliy psixologiya yo'nalishi, 2/23-guruh talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.22752591>

Annotatsiya. Mazkur maqolada qariyalarda demensiya va Altsgeymer kasalligi rivojlanishining psixologik jihatlari yoritilgan. Tadqiqotda kasallik jarayonida yuzaga keladigan xotira, diqqat, tafakkur va boshqa kognitiv funksiyalardagi o'zgarishlar hamda ularning insonning kundalik faoliyatiga ta'siri tahlil qilingan.

Shuningdek, xavotir, tushkunlik, apatiya, xulq-atvor va ijtimoiy faollikdagi o'zgarishlarning psixologik xususiyatlari ko'rib chiqilgan.

Qariyalarning psixologik holatini qo'llab-quvvatlashda oila, ijtimoiy muhit va psixologik yordamning ahamiyati asoslangan.

Kalit so'zlar: Demensiya, Altsgeymer kasalligi, keksalik, kognitiv buzilishlar, xotira, diqqat, tafakkur, psixologik holat, emotsional o'zgarishlar, psixologik yordam, hayot sifati.

**PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE DEVELOPMENT OF DEMENTIA AND
ALZHEIMER'S DISEASE IN OLDER ADULTS**

Abstract. This article examines the psychological aspects of the development of dementia and Alzheimer's disease in older adults. The study analyzes changes in memory, attention, thinking, and other cognitive functions that occur during the disease and their impact on daily functioning.

Particular attention is paid to psychological changes associated with anxiety, depression, apathy, behavioral changes, and reduced social activity. The importance of family support, social environment, and psychological assistance in maintaining the psychological well-being of older adults is also discussed.

Keywords: Dementia, Alzheimer's disease, aging, cognitive impairment, memory, attention, thinking, psychological well-being, emotional changes, psychological support, quality of life.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ДЕМЕНЦИИ И БОЛЕЗНИ
АЛЬЦГЕЙМЕРА У ЛИЦ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

Аннотация. В статье рассматриваются психологические аспекты развития деменции и болезни Альцгеймера у лиц пожилого возраста. Анализируются изменения памяти, внимания, мышления и других когнитивных функций, возникающие в процессе заболевания, а также их влияние на повседневную деятельность человека.

Рассматриваются психологические особенности тревожности, депрессии, апатии, изменений поведения и снижения социальной активности. Обоснована значимость семейной поддержки, социальной среды и психологической помощи в поддержании психологического состояния пожилых людей.

Ключевые слова: Деменция, болезнь Альцгеймера, пожилой возраст, когнитивные нарушения, память, внимание, мышление, психологическое состояние, эмоциональные изменения, психологическая помощь, качество жизни.

Kirish

Keksalik davrida demensiya va Altsgeymer kasalligining rivojlanishi nafaqat tibbiy, balki muhim psixologik va ijtimoiy muammo sifatida ham namoyon bo'ladi. Aholining o'rtacha umr ko'rish davomiyligi ortib borishi bilan kognitiv faoliyatning pasayishi, xotira buzilishlari, diqqat va tafakkurdagi o'zgarishlarni o'rganishga bo'lgan ehtiyoj ham ortmoqda. Demensiya turli sabablar bilan bog'liq bo'lgan kognitiv faoliyatning pasayishi bilan tavsiflanadi, Altsgeymer kasalligi esa keksa yoshdagi demensiyaning eng ko'p uchraydigan sabablaridan biridir. Mazkur kasalliklarning rivojlanish jarayonida xotiraning susayishi, diqqatni jamlashdagi qiyinchiliklar, fikrlash jarayonining sekinlashuvi va orientatsiyaning buzilishi kabi kognitiv o'zgarishlar kuzatilishi mumkin. Bunday o'zgarishlar keksa insonning kundalik faoliyati, mustaqilligi va atrofdagilar bilan munosabatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, kasallikning rivojlanishi davomida xavotir, tushkunlik, apatiya, ijtimoiy faollikning kamayishi va o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi kabi psixologik holatlar ham yuzaga kelishi mumkin. Demensiya va Altsgeymer kasalligini faqat biologik jarayon sifatida emas, balki insonning psixologik holati va ijtimoiy muhit bilan bog'liq murakkab jarayon sifatida o'rganish muhimdir. Bemorning oilasi, yaqinlari va parvarish qiluvchilarning munosabati ham uning ruhiy holatiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratish, muloqotni saqlab qolish, kundalik faoliyatni imkon qadar mustaqil bajarishga sharoit yaratish va psixologik yordam ko'rsatish bemorning hayot sifatini yaxshilashga xizmat qiladi.

Dolzarbligi

Qariyalarda demensiya va Altsgeymer kasalligining rivojlanishi zamonaviy tibbiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Ushbu holatlar insonning xotirasi, diqqati, tafakkuri, orientatsiyasi va kundalik faoliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi bilan birga, uning emotsional holati va ijtimoiy munosabatlarida ham sezilarli o'zgarishlarni yuzaga keltiradi. Ayniqsa, kasallikning rivojlanishi davomida xavotir, tushkunlik, apatiya, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi va ijtimoiy faollikning kamayishi kabi psixologik holatlar kuzatilishi mumkin. Shu sababli demensiya va Altsgeymer kasalligini faqat tibbiy jihatdan emas, balki psixologik nuqtayi nazardan ham o'rganish muhim ahamiyatga ega. Mazkur muammoning dolzarbligi qariyalarning hayot sifatini yaxshilash, ularning psixologik holatini barqarorlashtirish hamda oila a'zolari va parvarish qiluvchilarga samarali psixologik yordam ko'rsatish zarurati bilan belgilanadi.

Maqsadi

Tadqiqotning asosiy maqsadi qariyalarda demensiya va Altsgeymer kasalligi rivojlanishining psixologik xususiyatlarini o'rganish, kasallik jarayonida yuzaga keladigan kognitiv va emotsional o'zgarishlarni aniqlash hamda qariyalarning psixologik holatini qo'llab-quvvatlash va hayot sifatini yaxshilashga qaratilgan samarali psixologik yondashuvlarni asoslashdan iborat.

Asosiy qism

Qariyalarda demensiya va Altsgeymer kasalligi kognitiv hamda emotsional faoliyatning izchil o'zgarishi bilan kechadigan murakkab holatlardan biridir. Kasallikning dastlabki bosqichlarida, avvalo, yangi ma'lumotlarni eslab qolish va qayta tiklash bilan bog'liq qiyinchiliklar kuzatiladi. Xotira faoliyatining pasayishi insonning kundalik hayotdagi mustaqilligiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bemor ayrim voqealarni unutishi yoki bir xil savollarni takroran berishi ehtimoli mavjud.

Kasallik rivojlangan sari diqqatni jamlash, tafakkur qilish va qaror qabul qilish jarayonlarida ham qiyinchiliklar paydo bo'ladi. Vaqt va makonda mo'ljal olishning buzilishi bemorning kundalik faoliyatini yanada murakkablashtiradi. Nutq faoliyatidagi o'zgarishlar esa boshqa insonlar bilan muloqot qilish imkoniyatiga ta'sir ko'rsatadi. Kognitiv o'zgarishlar bilan bir qatorda emotsional holatda ham turli o'zgarishlar yuzaga kelishi mumkin. Ayrim qariyalarda xavotir, tushkunlik, befarqlik yoki jahldorlik kuzatiladi. Ijtimoiy faollikning kamayishi bemorning ruhiy holatiga salbiy ta'sir qilishi mumkin. Shuning uchun kasallikni o'rganishda faqat xotira buzilishiga emas, balki bemorning umumiy psixologik holatiga ham e'tibor qaratish zarur. Har bir bemorda kasallikning namoyon bo'lishi va rivojlanish sur'ati individual xususiyatlarga ega. Shu sababli psixologik baholash individual yondashuv asosida olib borilishi lozim. Bemorning saqlanib qolgan qobiliyatlarini aniqlash va ulardan foydalanish muhim hisoblanadi. Psixologik yordam bemorning mavjud imkoniyatlarini qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilishi kerak. Bunda uning shaxsiy xususiyatlari, hayotiy tajribasi va ijtimoiy muhiti hisobga olinadi. Demensiya va Altsgeymer kasalligining psixologik jihatlarini kompleks o'rganish bemorga ko'rsatiladigan yordam samaradorligini oshirish imkonini beradi. =

Demensiya va Altsgeymer kasalligida kognitiv jarayonlarning buzilishi kasallikning asosiy psixologik belgilaridan biri hisoblanadi. Eng avvalo, qisqa muddatli xotiraning susayishi kuzatilishi mumkin. Bemor yaqinda sodir bo'lgan voqealarni eslab qolishda qiynaladi.

Keyinchalik xotira buzilishlari kundalik faoliyatga sezilarli ta'sir ko'rsata boshlaydi.

Diqqatni uzoq vaqt davomida bir faoliyatga qaratish qiyinlashadi. Murakkab vazifalarni bajarish va bir nechta ma'lumotni bir vaqtning o'zida qayta ishlash imkoniyati pasayadi. Tafakkur jarayonlarining sekinlashuvi muammoli vaziyatlarda qaror qabul qilishni qiyinlashtiradi. Bemor oddiy vazifalarni bajarishda ham tashqi yordamga ehtiyoj sezishi mumkin. Rejalashtirish va faoliyatni ketma-ket tashkil etish qobiliyati ham susayadi. Nutq jarayonida kerakli so'zni topish qiyinlashishi mumkin. Ayrim hollarda bemor tanish buyumlar yoki joylarning nomini eslashda qiynaladi. Fazoviy orientatsiyaning buzilishi kundalik hayotda xavfsizlik bilan bog'liq muammolarni yuzaga keltirishi mumkin. Vaqtni aniqlash va kun tartibini eslab qolish ham qiyinlashadi. Bunday kognitiv o'zgarishlar bemorning mustaqil faoliyatini cheklaydi. Shu sababli kognitiv funksiyalarni muntazam kuzatib borish muhim ahamiyatga ega. Psixologik baholash orqali xotira, diqqat, tafakkur va boshqa kognitiv funksiyalarning holatini aniqlash mumkin.

Kognitiv mashg'ulotlar bemorning saqlanib qolgan imkoniyatlarini qo'llab-quvvatlashga yordam beradi. Bunday mashg'ulotlar bemorning individual holatiga mos ravishda tashkil etilishi kerak. Topshiriqlar haddan tashqari murakkab bo'lmasligi va bemorda qo'shimcha ruhiy zo'riqish keltirib chiqarmasligi lozim. Kognitiv jarayonlardagi o'zgarishlarni kompleks baholash kasallikning psixologik xususiyatlarini chuqurroq tushunishga imkon beradi.

Demensiya rivojlanishi jarayonida kognitiv o'zgarishlar bilan bir qatorda emotsional va xulq-atvor o'zgarishlari ham kuzatilishi mumkin. Bemor o'zidagi xotira va fikrlash bilan bog'liq qiyinchiliklarni anglaganida xavotir holati yuzaga kelishi ehtimoli mavjud. Tanish bo'lmagan muhit yoki vaziyatlar bemorda bezovtalikni kuchaytirishi mumkin. Ayrim qariyalarda tushkun kayfiyat va hayotiy faoliyatga qiziqishning pasayishi kuzatiladi. Apatiya bemorning kundalik mashg'ulotlarda ishtirok etish istagini kamaytirishi mumkin. Ba'zi bemorlarda jahldorlik va ta'sirchanlik kuchayadi. Bunday xatti-harakatlar ko'pincha o'z fikrini ifodalash yoki vaziyatni tushunishdagi qiyinchiliklar bilan bog'liq bo'ladi.

Muloqotdagi muammolar bemorning yaqinlari bilan munosabatlariga ham ta'sir qilishi mumkin. Ijtimoiy aloqalarning kamayishi esa yolg'izlik hissini kuchaytirishi ehtimoli bor. Shu sababli bemor bilan muloqot qilishda sabr-toqat va tushunish muhim hisoblanadi. Unga sodda, aniq va qisqa jumlar orqali murojaat qilish maqsadga muvofiq. Keskin tanqid yoki doimiy e'tiroz bemorning emotsional holatini yanada yomonlashtirishi mumkin. Bemorning kichik muvaffaqiyatlarini ham ijobiy baholash uning o'ziga bo'lgan ishonchini qo'llab-quvvatlaydi.

Kundalik hayotda barqaror tartibning mavjudligi xavfsizlik hissini kuchaytirishi mumkin.

Tinch va tushunarli muhit emotsional zo'riqishni kamaytirishga yordam beradi. Oila a'zolarining qo'llab-quvvatlashi bemorning ruhiy holati uchun muhim omil hisoblanadi. Xulq-atvor o'zgarishlarini baholashda bemorning shaxsiy xususiyatlari va kasallik bosqichi hisobga olinishi kerak. Psixologik yordam bemorning qadr-qimmatini va insoniy huquqlarini saqlashga yo'naltirilishi lozim. Emotsional va xulq-atvor o'zgarishlarini o'rganish demensiya bilan bog'liq psixologik jarayonlarni to'liq tushunish uchun muhimdir.

Demensiya bilan yashayotgan qariyaning psixologik holatiga uning oilasi va ijtimoiy muhiti sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Kasallik rivojlangan sari bemor kundalik faoliyatning ayrim turlarida yaqinlarining yordamiga ehtiyoj sezishi mumkin. Oila a'zolarining munosabati bemorning ruhiy barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Mehribon va tushunadigan munosabat xavotirni kamaytirishga yordam beradi. Bemor bilan muntazam muloqot qilish uning ijtimoiy faolligini imkon qadar saqlab qolishga xizmat qiladi. Bemorning fikri va istaklarini hurmat qilish uning qadr-qimmatini saqlash uchun muhimdir. Shu bilan birga, barcha ishlarni bemorning o'rniga bajarish uning mustaqillik darajasini yanada pasaytirishi mumkin. Shuning uchun uning imkoniyatlariga mos bo'lgan kundalik faoliyatlarni mustaqil bajarishiga sharoit yaratish maqsadga muvofiq. Oddiy uy yumushlarida ishtirok etish bemorda foydalilik hissini shakllantirishi mumkin. Oila a'zolari demensiyaning psixologik xususiyatlari haqida yetarli bilimga ega bo'lishi kerak. Bu bemorning xatti-harakatlarini to'g'ri tushunish va unga mos munosabatda bo'lish imkonini beradi. Parvarish qiluvchi shaxslarning ruhiy zo'riqishi ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak. Uzoq muddatli parvarish charchoq va stressni yuzaga keltirishi mumkin. Shu sababli parvarish qiluvchilarga psixologik maslahat va ijtimoiy yordam ko'rsatish muhimdir. Bemor uchun xavfsiz va barqaror muhit yaratish uning kundalik faoliyatini yengillashtiradi. Kundalik tartibning imkon qadar bir xil saqlanishi orientatsiya jarayonini qo'llab-quvvatlashi mumkin. Oila va mutaxassislar o'rtasidagi hamkorlik psixologik yordam samaradorligini oshiradi. Ijtimoiy aloqalarni imkon qadar saqlash bemorning emotsional holatiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Demak, oila va ijtimoiy muhit demensiya bilan yashayotgan qariyaning psixologik holatini qo'llab-quvvatlashda muhim omil hisoblanadi.

Demensiya va Altsgeymer kasalligida psixologik qo'llab-quvvatlash bemorning mavjud kognitiv va emotsional imkoniyatlarini saqlashga qaratiladi. Psixologik yordamni tashkil etishda bemorning yoshi, kasallik bosqichi va individual xususiyatlari hisobga olinishi zarur. Kognitiv mashqlar xotira va diqqat faoliyatini qo'llab-quvvatlashga yo'naltirilishi mumkin. Bemor bilan oddiy va muntazam suhbatlar olib borish muloqot faoliyatini saqlashga yordam beradi. Tanish suratlar, musiqa va buyumlardan foydalanish ayrim xotiralarni faollashtirish uchun qo'llanishi mumkin. Ijodiy mashg'ulotlar ham bemorning imkoniyatlariga mos ravishda tashkil etilishi mumkin. Rasm chizish, musiqa tinglash yoki oddiy qo'l mehnati emotsional faollikni qo'llab-quvvatlashi mumkin.

Mashg'ulotlar bemorni ortiqcha charchatmaydigan tarzda tashkil etilishi kerak. Juda murakkab topshiriqlar muvaffaqiyatsizlik hissini kuchaytirishi mumkin. Shu sababli topshiriqlar oddiydan murakkabga tamoyili asosida tanlanishi maqsadga muvofiq. Bemorning kichik yutuqlarini rag'batlantirish ijobiy emotsional muhit yaratadi. Psixologik yordam davomida bemorni tanqid qilish va majburlashdan saqlanish zarur. Xavotir kuchaygan vaziyatlarda tinch va tushunarli muloqotdan foydalanish muhimdir. Bemorning kundalik faoliyatini imkon qadar mustaqil bajarishiga imkon berish kerak. Psixologik qo'llab-quvvatlash tibbiy yordam bilan uyg'un holda olib borilishi maqsadga muvofiq. Oila a'zolariga bemor bilan samarali muloqot qilish bo'yicha tavsiyalar berish ham muhim hisoblanadi. Parvarish qiluvchilarning psixologik holatini qo'llab-quvvatlash bemorga ko'rsatiladigan yordam sifatiga ham ta'sir qiladi. Bemorning ijtimoiy faolligini saqlash uning hayot sifatini qo'llab-quvvatlashga xizmat qilishi mumkin.

Psixologik yordamning asosiy tamoyili bemorning xavfsizligi, qadr-qimmatini va individual ehtiyojlarini hurmat qilishdan iborat. Shunday qilib, kompleks psixologik qo'llab-quvvatlash demensiya va Altsgeymer kasalligi bilan yashayotgan qariyalarning hayot sifatini yaxshilashning muhim yo'nalishlaridan biridir.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, qariyalarda demensiya va Altsgeymer kasalligi rivojlanishi insonning nafaqat kognitiv, balki emotsional va ijtimoiy faoliyatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Kasallik jarayonida xotira, diqqat, tafakkur, nutq va fazoviy orientatsiya kabi kognitiv funksiyalarning pasayishi kuzatilishi mumkin. Ushbu o'zgarishlar bemorning kundalik faoliyati va mustaqil hayot kechirish imkoniyatlarini cheklaydi. Shu bilan birga, xavotir, tushkunlik, apatiya, jahldorlik va ijtimoiy faollikning kamayishi kabi psixologik holatlar ham yuzaga kelishi mumkin. Shuning uchun demensiya va Altsgeymer kasalligini o'rganishda kognitiv buzilishlar bilan bir qatorda bemorning emotsional holati va ijtimoiy muhitini ham hisobga olish zarur. Oila a'zolarining mehribon va qo'llab-quvvatlovchi munosabati bemorning psixologik barqarorligini ta'minlashda muhim ahamiyatga ega. Bemorning imkoniyatlariga mos ravishda mustaqil faoliyat yuritishiga sharoit yaratish uning o'ziga bo'lgan ishonchini saqlashga yordam beradi.

Kognitiv mashqlar, suhbat, musiqa, ijodiy faoliyat va boshqa psixologik qo'llab-quvvatlash usullaridan individual yondashuv asosida foydalanish maqsadga muvofiq. Umuman olganda, demensiya va Altsgeymer kasalligida kompleks tibbiy-psixologik yondashuvni qo'llash, bemorning qadr-qimmatini saqlash va uning mavjud imkoniyatlarini qo'llab-quvvatlash hayot sifatini yaxshilashning muhim shartlaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Stuart, K. E., & Padgett, C. (2020). A systematic review of the association between psychological stress and dementia risk in humans. *Journal of Alzheimer's Disease*, 78(1), 335–352.
2. Sukhawathanakul, P., Crizzle, A., Tuokko, H., Naglie, G., & Rapoport, M. J. (2021). Psychotherapeutic interventions for dementia: A systematic review. *Canadian Geriatrics Journal*, 24(3), 222–236.
3. Cafferata, R. M. T., Hicks, B., & von Bastian, C. C. (2021). Effectiveness of cognitive stimulation for dementia: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 147(5), 455–476.

4. Hui, E. K., Tischler, V., Wong, G. H. Y., Lau, W. Y. T., & Spector, A. (2021). Systematic review of the current psychosocial interventions for people with moderate to severe dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 36(9), 1313–1329.
5. Wang, Y. Y., Yang, L., Zhang, J., Zeng, X. T., Wang, Y., & Jin, Y. H. (2022). The effect of cognitive intervention on cognitive function in older adults with Alzheimer's disease: A systematic review and meta-analysis. *Neuropsychology Review*, 32(2), 247–273.
6. Li, W., Xu, X., Wu, F., Ni, Y., Lan, J., & Hu, X. (2021). Comparative efficacy of non-pharmacological interventions on behavioural and psychological symptoms in elders with dementia: A network meta-analysis. *Nursing Open*, 8(6), 2922–2931.
7. Wuthrich, V. M., Meuldijk, D., Jagiello, T., González Robles, A., Jones, M. P., & Cuijpers, P. (2021). Efficacy and effectiveness of psychological interventions on co-occurring mood and anxiety disorders in older adults: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 36(6), 858–872.
8. Lima da Silva, T. B., Dos Santos, G., Moreira, A. P. B., Ishibashi, G. A., Verga, C. E. R., de Moraes, L. C., Lessa, P. P., Cardoso, N. P., Ordonez, T. N., & Brucki, S. M. D. (2021). Cognitive interventions in mature and older adults, benefits for psychological well-being and quality of life: A systematic review study. *Dementia & Neuropsychologia*, 15(4), 428–439.