NOVA: GLOBAL SCIENTIFIC RESEARCH
INTERNATIONAL SCIENTIFIC JOURNAL
Volume 1 | Issue 3 (September, 2026)

PLASEBO EFFEKTI: ILMIY-NAZARIY ASOSLARI VA AMALIY AHAMIYATI

Suyarov Jamshid Toir o‘g‘li
Toshken ijtimoiy innovatsiyalar uneversitet amaliy psixalogiya yo‘nalishi.
jamshidsuyarov51@gmail.com
https://doi.org/10.5281/zenodo.22755282

Annotatsiya. *Mazkur maqolada plasebo effektining ilmiy-nazariy asoslari, uning kelib chiqish tarixi, psixologik va fiziologik mexanizmlari hamda zamonaviy tibbiyotdagi amaliy ahamiyati tahlil qilingan. Shuningdek, plasebo effektining klinik tadqiqotlardagi o‘rni, inson organizmiga ko‘rsatadigan ijobiy va salbiy ta’sirlari hamda bioetika tamoyillari asosida undan foydalanish masalalari yoritilgan. Tadqiqot natijalari plasebo effekti insonning ruhiy holati, ishonchi va kutish darajasi bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, organizmning ichki fiziologik mexanizmlarini faollashtirish orqali davolash samaradorligini oshirishini ko‘rsatadi.*

Kalit so‘zlar: *plasebo effekti, nocebo effekti, klinik tadqiqotlar, psixologiya, tibbiyot, bioetika, neyrobiologiya, endorfin, dopamin, psixosomatika, davolash samaradorligi, placebo.*

Аннотация*. В данной статье рассматриваются научно-теоретические основы эффекта плацебо, история его возникновения, психологические и физиологические механизмы действия, а также практическое значение в современной медицине. Особое внимание уделяется роли эффекта плацебо в клинических исследованиях, его положительному и отрицательному влиянию на организм человека, а также вопросам его применения с соблюдением принципов биоэтики. Результаты исследования показывают, что эффект плацебо тесно связан с психоэмоциональным состоянием пациента, уровнем доверия и ожидания, активизируя внутренние физиологические механизмы организма.*

Ключевые слова: *эффект плацебо, эффект ноцебо, клинические исследования, психология, медицина, биоэтика, нейробиология, эндорфин, дофамин, психосоматика, эффективность лечения, placebo.*

Abstract. *This article examines the scientific and theoretical foundations of the placebo effect, its historical development, psychological and physiological mechanisms, and its practical significance in modern medicine. Particular attention is given to the role of the placebo effect in clinical trials, its positive and negative effects on the human body, and the ethical principles governing its application. The findings indicate that the placebo effect is closely associated with patients’ psychological state, expectations, and trust, activating internal physiological mechanisms that contribute to improved treatment outcomes.*

Keywords: *placebo effect, nocebo effect, clinical trials, psychology, medicine, bioethics, neurobiology, endorphins, dopamine, psychosomatic medicine, treatment effectiveness, placebo.*

Kirish

So‘nggi yillarda tibbiyot, psixologiya va neyrobiologiya sohalarida olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlar inson organizmiga psixologik omillarning ta’siri nihoyatda kuchli ekanligini tasdiqlamoqda. Ushbu yo‘nalishda eng ko‘p o‘rganilgan hodisalardan biri plasebo effekti hisoblanadi. Mazkur fenomen insonning davolanish jarayonidagi ishonchi, ijobiy kutishlari va ruhiy holati organizmning fiziologik faoliyatiga qanday ta’sir ko‘rsatishini namoyon etadi.

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar plasebo effektini faqat psixologik hodisa sifatida emas, balki markaziy nerv tizimi, endokrin tizim va immun tizim faoliyati bilan uzviy bog‘liq bo‘lgan murakkab biologik jarayon sifatida baholamoqda.

“Plasebo” atamasi lotin tilidagi placebo so‘zidan olingan bo‘lib, “men mamnun qilaman” yoki “men foyda keltiraman” degan ma’noni anglatadi. Dastlab ushbu tushuncha XVIII asrda tibbiyot amaliyotida davolovchi moddasi bo‘lmagan preparatlarni ifodalash uchun ishlatilgan.

Keyinchalik ilmiy izlanishlar natijasida bemorning bunday preparatni qabul qilganidan so‘ng sog‘lig‘ida haqiqiy ijobiy o‘zgarishlar kuzatilishi aniqlangan. Ushbu holat tibbiyot fanida plasebo effekti deb nomlandi.

1955-yilda amerikalik olim Henry K. Beecher tomonidan e’lon qilingan The Powerful Placebo nomli ilmiy maqola plasebo effektini ilmiy asosda o‘rganishning boshlanishiga sabab bo‘ldi. Olim 15 ta klinik tadqiqot natijalarini tahlil qilib, bemorlarning taxminan 35 foizida faol dori vositasi qo‘llanilmagan bo‘lsa ham, davolanish belgilarining kuzatilganini aniqladi. Ushbu tadqiqot plasebo effektining klinik tibbiyotdagi ahamiyatini ilmiy jihatdan asoslab berdi.

XXI asrda neyrobiologiya va zamonaviy diagnostika usullarining rivojlanishi plasebo effektining fiziologik mexanizmlarini chuqurroq o‘rganish imkonini berdi. Italiyalik olim Fabrizio Benedetti tomonidan olib borilgan tadqiqotlar plasebo ta’siri natijasida inson miyasida endorfinlar, dopamin va serotonin kabi biologik faol moddalar ajralishini isbotladi. Mazkur moddalar og‘riqni kamaytirish, ruhiy holatni yaxshilash va organizmning himoya mexanizmlarini faollashtirishda muhim rol o‘ynaydi. Shu bois plasebo effekti zamonaviy tibbiyotda nafaqat psixologik, balki neyrofiziologik hodisa sifatida ham e’tirof etiladi.

Asosiy qism

Plasebo effektining ilmiy-nazariy asoslari

Plasebo effekti inson organizmining psixologik omillar ta’sirida fiziologik javob qaytarish qobiliyatini ifodalovchi ilmiy hodisadir. Ushbu fenomenning asosini bemorning davolanishga bo’lgan ishonchi, ijobiy kutishlari va ruhiy tayyorgarligi tashkil etadi. Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar plasebo effekti faqat psixologik ta’sir emas, balki organizmda sodir bo’ladigan murakkab neyrobiologik jarayonlar natijasi ekanligini ko’rsatmoqda.

Plasebo ta’siri yuzaga kelganda bosh miyaning og’riqni boshqaruvchi markazlari faollashadi. Natijada organizmda endorfin, dopamin, serotonin va oksitotsin kabi biologik faol moddalar ishlab chiqarilishi kuchayadi. Ushbu moddalar og’riq sezgisini kamaytiradi, emotsional holatni yaxshilaydi hamda organizmning himoya tizimini faollashtiradi. Ayniqsa, surunkali og’riqlar, depressiya, bezovtalik va stress bilan bog’liq kasalliklarda plasebo effekti sezilarli darajada namoyon bo’lishi mumkin.

Neyrobiologik tadqiqotlar shuni ko’rsatadiki, plasebo ta’siri davomida bosh miyaning prefrontal korteksi, anterior singulat korteksi, amigdala va periaqueductal gray (PAG) hududlari faol ishlaydi. Ushbu tuzilmalar og’riqni nazorat qilish, hissiy holatni boshqarish va motivatsiyani shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

Plasebo effektining tibbiyotdagi ahamiyati

Bugungi kunda plasebo effekti zamonaviy klinik tadqiqotlarning ajralmas qismi hisoblanadi. Har qanday yangi dori vositasi yoki davolash usuli samaradorligini baholashda plasebo nazorat guruhi qo’llaniladi.

Bunda bir guruh bemorlarga haqiqiy dori, ikkinchi guruhga esa tashqi ko'rinishi bir xil, ammo faol modda saqlamaydigan preparat beriladi. Olingan natijalar solishtirilishi orqali preparatning haqiqiy terapevtik samarasi aniqlanadi.

Plasebo effekti quyidagi kasalliklarda ko'proq kuzatiladi:

surunkali og'riq sindromlari;

migren;

depressiya;

xavotir buzilishlari;

Parkinson kasalligi;

irritab ichak sindromi;

uyqusizlik.

Ammo plasebo bakterial infeksiyalar, virusli kasalliklar yoki o'sma kasalliklarini mustaqil davolay olmaydi. Shu sababli u asosiy davolash usulini almashtirmaydi, balki ayrim hollarda qo'shimcha psixologik omil sifatida namoyon bo'ladi.

Psixologik mexanizmlar

Plasebo effektining yuzaga kelishida uchta asosiy mexanizm mavjud:

Birinchisi — kutish (expectancy) mexanizmi. Bemor davolanishiga qanchalik ishonsa, organizm shunga mos fiziologik javob qaytaradi.

Ikkinchisi — shartli refleks mexanizmi. Avval samarali bo'lgan davolash tajribasi keyingi davolanishlarda ham shunga o'xshash javobni yuzaga keltirishi mumkin.

Uchinchisi — shifokor va bemor o'rtasidagi ishonchli muloqot. Tibbiyot xodimining professional yondashuvi, bemorga bo'lgan e'tibori va ijobiy munosabati plasebo ta'sirini kuchaytiruvchi muhim omillardan biri hisoblanadi.

Plasebo effektining bioetik jihatlari

Plasebo effektidan foydalanish bioetika tamoyillariga rioya etishni talab qiladi. Zamonaviy tibbiyotda bemorning xabardor roziligisiz uni chalg'itish axloqiy jihatdan maqbul emas. Shu sababli ko'plab davlatlarda plasebo faqat ilmiy tadqiqotlarda yoki bemorning roziligi asosida qo'llaniladi.

So'nggi yillarda "ochiq plasebo" (Open-label Placebo) usuli rivojlanmoqda. Bunda bemorga preparat plasebo ekani ochiq aytiladi, biroq shunga qaramay ayrim bemorlarda ijobiy klinik natijalar kuzatilishi ilmiy tadqiqotlarda qayd etilgan.

Zamonaviy ilmiy tadqiqotlar

So'nggi o'n yilliklarda olib borilgan neyrobiologik tadqiqotlar plasebo effektining ilmiy asoslarini yanada mustahkamladi. Fabrizio Benedetti, Irving Kirsch va boshqa olimlarning izlanishlari natijasida plasebo ta'siri miya faoliyatidagi real fiziologik o'zgarishlar bilan bog'liq ekanligi tasdiqlandi. Funktsional magnit-rezonans tomografiya (fMRI) yordamida plasebo qo'llanilganda og'riqni qayta ishlovchi miya markazlari faolligi o'zgarishi aniqlangan.

Mazkur natijalar plasebo effektini faqat psixologik hodisa emas, balki psixologik va biologik omillarning o'zaro ta'siri natijasida yuzaga keladigan murakkab ilmiy fenomen sifatida baholash imkonini bermoqda.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, plasebo effekti zamonaviy tibbiyot va psixologiya fanlarida muhim ilmiy-amaliy ahamiyatga ega bo'lgan hodisa hisoblanadi.

Tadqiqotlar shuni ko’rsatadiki, bemorning davolanishga bo’lgan ishonchi, ijobiy kutishlari va psixologik holati organizmning neyrofiziologik jarayonlariga bevosita ta’sir ko’rsatadi.

Natijada og’riq kamayishi, ruhiy holat yaxshilanishi va ayrim funksional buzilishlarning yengillashishi kuzatiladi.

Shu bilan birga, plasebo effekti har qanday kasallikni davolovchi universal vosita emas. U zamonaviy tibbiyotda klinik tadqiqotlar sifatini baholash, yangi dori vositalarining samaradorligini aniqlash va psixologik qo’llab-quvvatlash mexanizmlarini o’rganishda muhim ilmiy vosita sifatida xizmat qiladi.

Kelgusida neyrobiologiya, psixologiya va tibbiyot sohalarida olib boriladigan tadqiqotlar plasebo effektining yangi mexanizmlarini aniqlash hamda undan klinik amaliyotda yanada samarali foydalanish imkoniyatlarini kengaytiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Beecher H. K. The Powerful Placebo. Journal of the American Medical 2.Association, 1955. Vol. 159. No. 17. P. 1602–1606.
2. Benedetti F. Placebo Effects: Understanding the Mechanisms in Health and 4
3. Disease. 3rd ed. Oxford University Press, 2021.
4. Colloca L., Barsky A. J. Placebo and Nocebo Effects. New England Journal of 5.Medicine. 2020. Vol. 382. P. 554–561.
5. Kirsch I. The Placebo Effect Revisited. Psychology Press, 2021.
6. Price D. D., Finniss D. G., Benedetti F. A Comprehensive Review of the Placebo Effect. Annual Review of Psychology. 2008. Vol. 59. P. 565–590.
7. Enck P., Bingel U., Schedlowski M., Rief W. The Placebo Response in Medicine.