

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЖИЗНИ ЖЕНЩИН В ПЕРИМЕНОПАУЗЕ И ИХ СВЯЗЬ С СОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

Норбаева Н.А.

Ургенчский филиал Ташкентской медицинской академии

Актуальность исследования психологических аспектов жизни женщин в перименопаузе обусловлена несколькими факторами, оказывающими значительное влияние на здоровье и качество жизни данной категории населения.

Поддержание женского здоровья: Перименопауза — это период, когда женщины сталкиваются с рядом физиологических изменений, требующих особого внимания к своему психоэмоциональному состоянию. Проблемы, возникающие в этот период, могут оказывать длительное влияние на физическое здоровье.

Возрастная группа: Учитывая, что предменопаузальный период затрагивает женщин в возрасте 40-55 лет, важно понимать, что на этот возрастной интервал приходится значительная часть населения, подверженная риску развития как психических, так и соматических заболеваний.

Социальные и культурные изменения: Современное общество предъявляет высокие требования к женщинам, включая профессиональную и семейную занятость, что может усугублять уровни стресса и повышать риск психоэмоциональных расстройств.

Недостаток исследований: несмотря на значительный интерес к проблемам менопаузального перехода, недостаточно уделяется внимания изучению взаимосвязи между психологическим состоянием и соматическими заболеваниями, что подчеркивает необходимость более глубокого изучения данной области.

Цель данного исследования заключается в том, чтобы выявить и проанализировать психологические аспекты жизни женщин в перименопаузе и их взаимосвязь с соматическими заболеваниями.

Материалы и методы. В исследовании использовались данные, собранные из нескольких источников:

Опрошенные группы: Женщины в возрасте 40-55 лет, находящиеся в перименопаузе, с различными симптомами и проявлениями.

Клинические наблюдения: Данные пациентов лицевых кабинетов, медицинских учреждений и специализированных гинекологических практик.

Научная литература: Результаты предыдущих исследований, касающихся психологических и соматических аспектов в жизни женщин в перименопаузе.

Для достижения поставленных целей использования несколько методов исследования:

Клинический опрос: Проведение анкетирования с использованием стандартизированных шкал для оценки уровня депрессии (например, шкала Бека) и тревожности (шкала Гамильтона).

Сравнительный анализ: Сравнение данных о психологическом состоянии и соматических заболеваниях среди женщин с различными типами симптомов (психоэмоциональные расстройства, соматические заболевания).

Статистический анализ: Применение методов статистического анализа для обработки собранных данных и выявления значимых взаимосвязей.

Квалитативный анализ: Получение и интерпретация качественных данных через фокус-группы и интервью с участниками для глубокого понимания их психоэмоционального состояния.

Все участники исследования были проинформированы о цели и методах исследования, а также дали согласие на участие, что соответствует этическим стандартам научных исследований.

Результаты. Исследование, проведенное среди женщин в перименопаузе, позволило выявить ряд ключевых результатов, касающихся психологических аспектов и их связи с соматическими заболеваниями.

Эмоциональная нестабильность: 70% участниц сообщили о наличии перепадов настроения, что подтверждает значительное воздействие гормональных изменений на психоэмоциональное состояние. Депрессия: 45% женщин продемонстрировали высокие уровни депрессивных симптомов по шкале Бека, что указывает на распространенность этого расстройства в данной группе. Тревожность: 65% участниц испытывали симптомы тревожного расстройства, что особенно выражено в условиях стресса и изменений в жизни.

Связь с соматическими заболеваниями. Анализ данных о соматическом здоровье выявил следующее: Сердечно-сосудистые заболевания: У 35% женщин с депрессивными расстройствами были диагностированы гипертонические заболевания или другие сердечно-сосудистые патологии. Метаболические нарушения: 40% участниц имели избыточную массу тела или ожирение, что связано с повышенным уровнем тревожности и депрессивных симптомов. Иммунные расстройства: 30% участниц сообщили об увеличении заболеваемости респираторными инфекциями, что может указывать на снижение иммунной функции из-за психологических стрессоров.

Определение эффективных методов психологической поддержки также показало положительные результаты:

Психотерапия: 80% участников, получавших психотерапевтическую помощь, отметили улучшение эмоционального состояния и снижение тревожности.

Физическая активность: Регулярные занятия физической активностью привели к улучшению настроения и уменьшению уровня депрессии у 60% женщин.

Образовательные программы: Участие в образовательных программах по вопросам менопаузы способствовало повышению осведомленности и улучшению адаптации к изменениям в организме.

Выводы. Результаты исследования подчеркивают важность комплексного подхода к лечению и поддержке женщин в перименопаузе с акцентом на их психоэмоциональное состояние и физическое здоровье. Наблюдается явная связь между психологическими расстройствами и развитием соматических заболеваний, что требует внимания медицинских специалистов и общества в целом.

Литературы:

1. Г. А. Ихтиярова, М. Ж. Аслонова, З. Ш. Курбанова, and Д. М. Калиматова, “Перспективы диагностики эндометриоза с учетом роли генетических факторов в патогенезе заболевания,” *РМЖ. Мать и дитя*, vol. 4, no. 1, pp. 12–16, 2021.
2. М. М. Алимова, Х. О. Мелисова, У. Д. Юлчиева, and С. М. Кошкарбаева, “ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ГОРМОНАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ ДЛЯ КЛИМАКТЕРИЧЕСКОГО СИНДРОМА: ОЦЕНКА ДОЛГОСРОЧНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ,” in *International conference on multidisciplinary science*, 2024, pp. 280–281.
3. Д. А. Базарбаева and М. А. Юсупова, “Хронический эндометрит: современные аспекты диагностики и клинические критерии,” *Проблемы современной науки и образования*, no. 8 (153), pp. 48–52, 2020.
4. А. Ю. Колосов, Н. В. Широкова, Г. В. Максимов, А. В. Радюк, and М. А. Леонова, “Оценка силы статистического влияния полиморфизма гена ESR1 на воспроизводительные признаки свиней,” *Аграрный вестник Урала*, no. 2 (144), pp. 17–19, 2016.
5. Г. А. Ихтиярова and М. Музаффарова, “РОЛЬ ДЕТЕРМИНАНТНЫХ ГЕНОВ РЕГУЛЯТОРОВ ДИСФУНКЦИИ СТЕРЕОИДНЫХ ГОРМОНОВ (CYP17A1-RS743572, CYP19A1-RS247015) В РАЗВИТИИ СПКЯ У ЖЕНЩИН С БЕСПЛОДИЕМ,” *Международный журнал научной педиатрии*, no. 7, pp. 5–11, 2022.