

СӨЖ

Тақырыбы: Жалпы дәрігерлік тәжірибедегі психогигиена және
психопрофилактика

ОРЫНДАҒАН: ТЮЛЕГЕНОВА Ф.Б

6086-ТОП ЖТД

ҚАРАҒАНДЫ 2018 Ж.

Жоспар

- ▶ Кіріспе
- ▶ Психопрофилактика
- ▶ Психопрофилактика түрлері мен мақсаты
- ▶ Психогигиена
- ▶ Психогигиена түрлері мен мақсаты
- ▶ Қолданылған әдебиеттер тізімі

Кіріспе

Хирургия, терапия, инфекциянды немесе басқа да аурулар болсын, медицинаның кез-келген саласында және кез-келген мемлекет денсаулық сақтау министрлігінде профилактика негіздеріне көп мән беріледі.

Психикалық және соматикалық аурулардың алдын алу мәселелеріне қатысты сұрақтарды шешуде профилактикалық іс-әрекеттер денсаулық сақтау ұйымдарының практикасына уақытылы енгізілуі қажет

Психопрофилактика

Психопрофилактика – жалпы профилактика мен медициналық психологияның бөлімі болып табылатын, психикалық және психосоматикалық аурулардың алдын алуына бағытталған іс-әрекеттер жиынтығы.

Психопрофилактика бөлінеді:

- ▶ Біріншілік
- ▶ Екіншілік
- ▶ Үшіншілік

- ▶ **Біріншілік** профилактика белгілі бір психикалық және соматикалық аурулардың дамуына әсер ететін алғышарттары жоюға бағытталған.
- ▶ **Екіншілік** профилактика пайда болған психикалық немесе соматикалық аурулардың жағымсыз ағымы мен өмірге қауіпті жағдайлардың алдын алуына бағытталған іс-әрекеттер жиынтығы. Екіншілік профилактикаға ерте диагностика, жорамалдау, науқастың өміріне қауіпті жағдайларды алдын алу, емді ерте бастау жатады.
- ▶ **Үшіншілік** профилактика ауру созылмалы ағымға өткен кезде мүгедектіктің алдын алуына бағытталған. Емдік және педагогикалық коррекция әдістері қолданылады.

Адамның психикасы мен оның соматикалық жағдайы арасында тығыз байланыс бар. Адамның психикалық жағдайының тұрақтылығы оның соматикалық жағдайына тікелей әсер етеді. Жоғары эмоционалдық жағдайда адамда соматикалық аурулар сирек дамиды. Мысалға соғыс кездерін алсақ болады. Осыған кері адамның соматикалық жағдайы да оның психикасына әсер етуі мүмкін. Сондықтан профилактикада осы екі мәселені ескеру керек. Психикалық аурулардың профилактикасында жалпы профилактикалық іс-әрекеттер (инфекциялық ауруларды, интоксикацияларды жою) маңызды орын алады.

Психопрофилактика және психогигиена әдістеріне консультациялық орталықтар, сенім телефондары және т.б. ұйымдар шегінде психокоррекционды жұмыстар жатады.

Психикалық аурулардың алдын алу үшін 2 вариант қолданылады:

- ▶ Психотравмаға әкелетін ситуацияларды жою
- ▶ Егер ситуация сақталатын жағдайда науқастың сол ситуацияға қатынасын өзгерту

Психотравмаға ұшырататын ситуацияны жоюдың өзі 2 вариантты қарастырады:

- ▶ Ситуация науқас өзі қалаған жаққа қарай объективті өзгертілуі мүмкін
- ▶ Науқас сол ситуациядан қашуы мүмкін

Психогигиена

Психогигиена – адамның психикалық денсаулығын сақтауға және нығайтуға бағытталған іс-әрекеттер жүйесінің жиынтығы.

Психогигиеналық іс-әрекеттер психогенді аурулар, невроздар, психопатияларға ғана емес сонымен қатар соматикалық аурулардың алдын алуына бағытталған.

К. Мирке психогигиенаның 3 деңгейін ажыратады:

- ▶ *Превентивті психогигиена*
- ▶ *Реститутивті психогигиена*
- ▶ *Емдік психогигиена*

Ә. Шомбург келесі өмірлік қажеттіліктерді негіздейді:

- ▶ *Махаббат*
- ▶ *Қауіпсіздік*
- ▶ *Жетістік сезімі*
- ▶ *Еркіндік*
- ▶ *Позитивті ойлау*
- ▶ *Өзін сыйлау*

Қолданылған әдебиеттер тізімі

- ▶ Середина Н. В., Шкуренко Д. А. Основы медицинской психологии: общая, клиническая, патопсихология
- ▶ Лакосина Н. Д., Ушаков Г. К. Медицинская психология – 2 издание, 1984 г.
- ▶ Карандашев В. Н., Психология: Введение в профессию, 2000