



**TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI
JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI**

2 - TOM, MAXSUS SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

UDK: 616.89:616.1

**DEPRESSIV HOLATLARNING YURAK-QON TOMIR KASALLIKLARI BILAN O'ZARO
BOG'LIQLIGI**



Alimova Zebiniso Farxodjon qizi
Termiz iqtisodiyot va servis universiteti
Terapevtik fanlar kafedrası o'qituvchisi
Email – azebiniso3562@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0003-5638-0786>



Abduraupova Maftuna Yunusjon qizi
Email - dilobaralimova9592@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-5727-1375>

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti Tibbiyot fakulteti talabasi



Odiljonov Ozodbek Odiljon o'g'li
Email - Odiljonnorkulov0@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-4932-4354>

Termiz iqtisodiyot va servis universiteti Tibbiyot fakulteti talabasi

***Annotatsiya:** Ushbu maqolada depressiv holatlarning yurak-qon tomir kasalliklari bilan o'zaro bog'liqligi ilmiy-nazariy va klinik jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, depressiya nafaqat ruhiy salomatlikka, balki somatik tizimlarga, xususan yurak-qon tomir tizimiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Depressiv buzilishlar arterial gipertenziya, ishemik yurak kasalligi, miokard infarkti va insult rivojlanish xavfini oshiradi. Shuningdek, surunkali stress, vegetativ nerv tizimidagi disbalans, yallig'lanish markerlarining ortishi hamda kortizol darajasining yuqoriligi yurak faoliyatiga salbiy ta'sir etuvchi omillar sifatida namoyon bo'ladi. Maqolada psixosotsial holatni barqarorlashtirish, erta diagnostika va kompleks profilaktika choralari yurak-qon tomir kasalliklarining oldini olishda muhim ahamiyat kasb etishi asoslab beriladi.*



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI

2 - TOM, MAXSUS SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

Kalit so'zlar: depressiya, yurak-qon tomir kasalliklari, psixoemotsional stress, arterial gipertenziya, miokard infarkti, insult, yallig'lanish markerlari, kortizol, vegetativ nerv tizimi, profilaktika

Abstract: This article examines the interrelationship between depressive disorders and cardiovascular diseases from theoretical and clinical perspectives. Numerous studies indicate that depression negatively affects not only mental health but also somatic systems, particularly the cardiovascular system. Depressive conditions increase the risk of arterial hypertension, coronary heart disease, myocardial infarction, and stroke. Chronic stress, autonomic nervous system imbalance, elevated inflammatory markers, and increased cortisol levels are identified as significant contributing factors to cardiovascular dysfunction. The paper emphasizes that early diagnosis, psychological stabilization, and comprehensive preventive strategies play a crucial role in reducing the risk and progression of cardiovascular diseases.

Keywords: depression, cardiovascular diseases, psycho-emotional stress, arterial hypertension, myocardial infarction, stroke, inflammatory markers, cortisol, autonomic nervous system, prevention

Аннотация: В данной статье рассматривается взаимосвязь депрессивных состояний и сердечно-сосудистых заболеваний с теоретической и клинической точек зрения. Исследования показывают, что депрессия оказывает негативное влияние не только на психическое здоровье, но и на соматические системы организма, особенно на сердечно-сосудистую систему. Депрессивные расстройства повышают риск развития артериальной гипертензии, ишемической болезни сердца, инфаркта миокарда и инсульта. Хронический стресс, дисбаланс вегетативной нервной системы, повышение уровня воспалительных маркеров и кортизола являются значимыми факторами, способствующими развитию сердечно-сосудистых патологий. В статье подчеркивается важность ранней диагностики, психоземotionalной стабилизации и комплексных профилактических мер.

Ключевые слова: депрессия, сердечно-сосудистые заболевания, психоземotionalный стресс, артериальная гипертензия, инфаркт миокарда, инсульт, воспалительные маркеры, кортизол, вегетативная нервная система, профилактика

KIRISH

Hozirgi kunda depressiv holatlar va yurak-qon tomir kasalliklari global miqyosda sog'liqni saqlash tizimining eng dolzarb muammolaridan biri sifatida e'tirof etilmoqda. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, yurak-qon tomir kasalliklari dunyo bo'yicha o'lim ko'rsatkichlari orasida yetakchi o'rinni egallaydi, depressiya esa nogironlik va mehnatga layoqatsizlikka olib keluvchi asosiy ruhiy buzilishlardan biri hisoblanadi. So'nggi yillarda olib borilgan ilmiy tadqiqotlar ushbu ikki patologik holat o'rtasida mustahkam va ko'p qirrali o'zaro bog'liqlik mavjudligini ko'rsatmoqda. Mazkur muammo nafaqat tibbiyot, balki psixologiya, nevrologiya va psixosomatika yo'nalishlarida ham keng o'rganilmoqda. Depressiya — bu insonning psixoemotsional holatiga ta'sir etuvchi, uzoq davom etuvchi tushkunlik, qiziqish va motivatsiyaning pasayishi, umidsizlik hissi, uyqu va ishtaha buzilishlari bilan tavsiflanadigan murakkab klinik sindromdir. Biroq zamonaviy ilmiy qarashlarga ko'ra, depressiya faqat ruhiy buzilish emas, balki butun organizm faoliyatiga ta'sir ko'rsatuvchi tizimli kasallik hisoblanadi. Ayniqsa, uning yurak-qon tomir tizimiga ta'siri alohida ahamiyat kasb etadi. Depressiv holatlarda organizmda bir qator patofiziologik o'zgarishlar yuz beradi. Jumladan, vegetativ nerv tizimining simpatik bo'limi faollashadi, yurak urish tezligi oshadi, qon tomirlar torayadi va arterial bosim ko'tariladi. Shu bilan birga, gipotalamo-gipofizar-buyrak usti bezlari (HPA) tizimining faollashuvi natijasida stress gormoni — kortizol miqdori ortadi. Kortizolning surunkali ravishda yuqori darajada bo'lishi esa qon tomir devorlarining shikastlanishiga, aterosklerotik blyashkalar hosil bo'lishiga va yallig'lanish jarayonlarining kuchayishiga olib keladi. Bu jarayonlar o'z navbatida ishemik yurak kasalligi, miokard infarkti, insult va arterial gipertenziya rivojlanish



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI

2 - TOM, MAXSUS SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

xavfini sezilarli darajada oshiradi. Ilmiy tadqiqotlarda depressiya yallig'lanish markerlari — C-reaktiv oqsil, interleykin-6 va boshqa sitokinlar darajasining oshishi bilan ham bog'liqligi aniqlangan. Ushbu biomarkerlar yurak-qon tomir kasalliklari patogenezida muhim rol o'ynaydi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Depressiv holatlar va yurak-qon tomir kasalliklari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlik masalasi zamonaviy tibbiyot va psixologiya fanlarida keng muhokama qilinayotgan dolzarb muammolardan biri hisoblanadi. So'nggi o'n yilliklarda olib borilgan epidemiologik, klinik va eksperimental tadqiqotlar mazkur ikki patologik holat o'rtasida mustahkam va ko'p bosqichli bog'liqlik mavjudligini ko'rsatmoqda. Ilmiy manbalar tahlili shuni anglatadiki, depressiya yurak-qon tomir kasalliklarining nafaqat oqibati, balki ularning rivojlanishida mustaqil xavf omili sifatida ham namoyon bo'ladi. Ko'plab xorijiy kohort tadqiqotlarida depressiv simptomlarga ega bo'lgan shaxslarda ishemik yurak kasalligi, arterial gipertenziya, miokard infarkti va insult rivojlanish xavfi sezilarli darajada yuqori ekanligi aniqlangan. Ayrim ilmiy izlanishlarda depressiya yurak kasalliklari prognozini yomonlashtiruvchi omil sifatida ham baholangan. Masalan, miokard infarktini boshdan kechirgan bemorlarda depressiv buzilishlarning mavjudligi reabilitatsiya jarayonining sekinlashishiga va takroriy yurak xurujlari xavfining ortishiga olib kelishi mumkinligi ta'kidlanadi. Adabiyotlarda ushbu bog'liqlik bir nechta asosiy mexanizmlar orqali izohlanadi. Birinchidan, neyroendokrin mexanizm doirasida depressiv holatlarda gipotalamo-gipofizar-buyrak usti bezlari tizimining (HPA o'qi) surunkali faollashuvi qayd etiladi. Natijada stress gormoni bo'lgan kortizol darajasi oshadi. Kortizolning uzoq muddat yuqori miqdorda saqlanishi arterial bosimning oshishiga, glyukoza almashinuvi buzilishiga, tomir devorlarining shikastlanishiga va aterosklerotik jarayonlarning tezlashishiga olib keladi. Bu esa yurak-qon tomir patologiyalarining rivojlanishiga zamin yaratadi. Ikkinchidan, vegetativ nerv tizimi faoliyatining buzilishi muhim patofiziologik omil sifatida ko'riladi. Depressiya simpatik nerv tizimining ortiqcha faollashuvi va parasimpatik ta'sirning susayishi bilan tavsiflanadi. Bunday disbalans yurak urish tezligining oshishi, yurak ritmi buzilishlari va qon tomirlar torayishiga sabab bo'ladi. Uzoq muddatli vegetativ disfunktsiya yurak mushagiga ortiqcha yuklama tushishiga va uning funksional imkoniyatlarining pasayishiga olib keladi. Uchinchi mexanizm sifatida yallig'lanish nazariyasi muhim o'rin tutadi. Ilmiy adabiyotlarda depressiv holatlarda C-reaktiv oqsil, interleykin-6, interleykin-1 va tumor nekroz omili alfa kabi yallig'lanish markerlari darajasining oshishi qayd etilgan. Ushbu biomarkerlar tomir endoteliysining shikastlanishi va ateroskleroz rivojlanishida faol ishtirok etadi.

NATIJALAR

Tadqiqot doirasida tahlil qilingan ilmiy manbalar, epidemiologik kuzatuvlar va klinik ma'lumotlar depressiv holatlar bilan yurak-qon tomir kasalliklari o'rtasida statistik va patofiziologik jihatdan ahamiyatli bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Olingan natijalar ushbu bog'liqlikning ko'p omilli va ikki tomonlama xarakterga ega ekanligini tasdiqlaydi. Birinchidan, epidemiologik ma'lumotlar depressiv simptomlarga ega shaxslarda yurak-qon tomir kasalliklari rivojlanish xavfi yuqori ekanligini ko'rsatdi. Depressiya mavjud bo'lgan guruhlarda arterial gipertenziya, ishemik yurak kasalligi va miokard infarkti uchrash tezligi sog'lom nazorat guruhiga nisbatan sezilarli darajada yuqori ekanligi qayd etildi. Ayniqsa, surunkali va o'rta-og'ir darajadagi depressiv buzilishlar yurak-qon tomir patologiyalari bilan kuchli korrelyatsiyaga ega ekani aniqlangan. Ikkinchidan, patofiziologik ko'rsatkichlar tahlili depressiv holatlarda organizmda stressga javob mexanizmlari izdan chiqishini ko'rsatdi. Gipotalamo-gipofizar-buyrak usti bezlari tizimining surunkali faollashuvi natijasida kortizol darajasi oshgani, bu esa arterial bosimning ko'tarilishi, metabolik o'zgarishlar va tomir endoteliysi shikastlanishiga olib kelishi aniqlangan. Natijada aterosklerotik jarayonlarning tezlashuvi va yurak mushagining ishemik shikastlanish xavfi ortadi. Uchinchidan, vegetativ nerv tizimi faoliyatidagi disbalans muhim natijalardan biri sifatida qayd etildi. Depressiv shaxslarda simpatik faollikning kuchayishi va parasimpatik tonusning pasayishi yurak urish tezligining ortishi hamda yurak ritmining beqarorlashuviga olib keladi. Bu holat yurakning funksional rezerv



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI JANUBIY OROLBO'YI TIBBIYOT JURNALI

2 - TOM, MAXSUS SON. 2026

14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

imkoniyatlarini kamaytiradi va o'tkir yurak-qon tomir hodisalari xavfini oshiradi. To'rtinchidan, yallig'lanish markerlari darajasining oshishi depressiv holatlar bilan bevosita bog'liq ekanini tasdiqlandi. C-reaktiv oqsil va interleykinlar miqdorining ortishi tomir devorlarida surunkali yallig'lanish jarayonini kuchaytiradi. Bu esa ateroskleroz rivojlanishini jadallashtirib, tomirlar lümenining torayishiga sabab bo'ladi. Natijada yurak va miya qon aylanishining buzilish ehtimoli ortadi. Beshinchidan, psixologik va xulq-atvor omillari ham muhim natijalar sifatida aniqlandi. Depressiv holatda bo'lgan bemorlarda jismoniy faollikning pasayishi, noto'g'ri ovqatlanish, ortiqcha vazn, chekish va alkogol iste'moli kabi xavf omillari ko'proq uchrashi kuzatildi. Bundan tashqari, ular tomonidan tibbiy tavsiyalarga rioya qilish darajasi past bo'lishi yurak-qon tomir kasalliklarining og'irlashuviga olib kelishi mumkinligi qayd etildi. Shuningdek, natijalar depressiya va yurak-qon tomir kasalliklari o'rtasidagi bog'liqlik ikki tomonlama ekanligini ko'rsatdi. Yurak xurujini boshdan kechirgan yoki surunkali yurak yetishmovchiligi bilan og'rikan bemorlarning muhim qismida depressiv simptomlar rivojlanishi kuzatildi. Bu esa kasallik prognozini yomonlashtirishi, reabilitatsiya jarayonini sekinlashtirishi va hayot sifatini pasaytirishi mumkin.

MUHOKAMA

Olingan natijalar depressiv holatlar va yurak-qon tomir kasalliklari o'rtasidagi bog'liqlik murakkab, ko'p bosqichli hamda ikki tomonlama xarakterga ega ekanligini ko'rsatdi. Ushbu bog'liqlikni faqat bitta omil orqali izohlash mumkin emas, chunki u biologik, psixologik va ijtimoiy mexanizmlar uyg'unligi asosida shakllanadi. Tadqiqot natijalari mavjud ilmiy adabiyotlarda keltirilgan ma'lumotlar bilan uyg'unlikda bo'lib, depressiya yurak-qon tomir patologiyalarining rivojlanishida mustaqil xavf omili sifatida namoyon bo'lishini tasdiqlaydi. Muhokama jarayonida aniqlanishicha, depressiv holatlarda gipotalamo-gipofizar-buyrak usti bezlari tizimining surunkali faollashuvi organizmning stressga nisbatan moslashuv mexanizmlarini izdan chiqaradi. Kortizolning doimiy yuqori darajada bo'lishi metabolik buzilishlar, insulin rezistentligi va arterial gipertenziyaning shakllanishiga olib keladi. Bu jarayonlar yurak mushagining strukturaviy va funksional o'zgarishlariga sabab bo'lib, uzoq muddatda yurak yetishmovchiligi va ishemik kasalliklar rivojlanish xavfini oshiradi. Shuningdek, vegetativ nerv tizimidagi disbalans yurak-qon tomir tizimining moslashuvchanlik imkoniyatlarini pasaytiradi. Simpatik faollikning ortishi yurak urish tezligining doimiy yuqori bo'lishiga, tomirlar torayishiga va miokard kislorodga bo'lgan ehtiyojining ortishiga olib keladi. Bu esa yurak-qon tomir hodisalarining, ayniqsa o'tkir koronar sindromlarning yuzaga kelish ehtimolini oshiradi. Demak, depressiya nafaqat psixologik buzilish, balki yurak-qon tomir tizimiga bevosita ta'sir etuvchi tizimli patologik jarayon sifatida qaralishi lozim. Yallig'lanish mexanizmlarining faollashuvi ham muhim ahamiyat kasb etadi. Surunkali past darajadagi yallig'lanish tomir endoteliysining shikastlanishiga, aterosklerotik blyashkalar shakllanishiga va tomir lümenining torayishiga sabab bo'ladi. Muhokama natijalari shuni ko'rsatadiki, depressiv bemorlarda aniqlangan yuqori yallig'lanish markerlari yurak-qon tomir kasalliklari bilan patogenetik jihatdan uzviy bog'liqdir. Psixologik va xulq-atvor omillari muhokamada alohida e'tibor talab qiladi. Depressiya bilan og'rikan bemorlar ko'pincha o'z sog'lig'iga befarq bo'lib qoladi, bu esa dori vositalarini muntazam qabul qilmaslik, shifokor tavsiyalariga amal qilmaslik va reabilitatsiya jarayonini to'liq bajarmaslikka olib keladi. Bunday holat yurak-qon tomir kasalliklarining og'irlashishiga va takroriy asoratlar rivojlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Shuning uchun yurak kasalliklari bilan og'rikan bemorlarda psixologik skrining o'tkazish muhim profilaktik chora sifatida qaralishi zarur. Muhokama davomida depressiya va yurak-qon tomir kasalliklari o'rtasidagi ikki tomonlama bog'liqlik ham tasdiqlandi. Yurak xurujini boshdan kechirgan bemorlarda depressiv simptomlar rivojlanishi hayot sifati pasayishiga, reabilitatsiya samaradorligining kamayishiga va mortalitet ko'rsatkichlarining ortishiga olib kelishi mumkin.

XULOSA

Mazkur tadqiqot natijalari depressiv holatlar va yurak-qon tomir kasalliklari o'rtasida mustahkam, ko'p qirrali hamda ikki tomonlama bog'liqlik mavjudligini ilmiy jihatdan tasdiqladi.



TOSHKENT TIBBIYOT AKADEMIYASI URGANCH FILIALI
JANUBIY OROLBO‘YI TIBBIYOT JURNALI
2 - TOM, MAXSUS SON. 2026
14.00.00 - TIBBIYOT FANLARI ISSN: 3093-8740

Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, depressiya nafaqat ruhiy buzilish sifatida, balki butun organizm, xususan yurak-qon tomir tizimiga tizimli ta‘sir ko‘rsatuvchi omil sifatida namoyon bo‘ladi. Depressiv holatlarda gipotalamo-gipofizar-buyrak usti bezlari tizimining surunkali faollashuvi, kortizol darajasining oshishi, vegetativ nerv tizimidagi disbalans va yallig‘lanish jarayonlarining kuchayishi yurak-qon tomir patologiyalarining rivojlanishiga zamin yaratadi. Ayniqsa, arterial gipertenziya, ishemik yurak kasalligi, miokard infarkti va insult xavfining ortishi depressiv simptomlar bilan uzviy bog‘liqligi aniqlandi. Shu bilan birga, trombotsitlar agregatsiyasining kuchayishi va qon ivish tizimidagi o‘zgarishlar o‘tkir yurak-qon tomir hodisalari xavfini oshiruvchi muhim patogenetik omillar sifatida qayd etildi. Tadqiqot davomida depressiya va yurak-qon tomir kasalliklari o‘rtasidagi bog‘liqlik ikki tomonlama ekanligi ham tasdiqlandi. Ya‘ni, depressiya yurak patologiyalarining rivojlanishiga sabab bo‘lishi mumkin bo‘lsa, aksincha, surunkali yurak kasalliklari ham bemorda depressiv buzilishlarning paydo bo‘lishiga olib keladi. Bu holat kasallik prognozini yomonlashtirishi, reabilitatsiya jarayonini murakkablashtirishi va bemorlarning hayot sifatini pasaytirishi mumkin. Shuningdek, psixologik va xulq-atvor omillari muhim ahamiyat kasb etadi. Depressiv holatda bo‘lgan shaxslarda sog‘lom turmush tarziga rioya qilmaslik, jismoniy faollikning pastligi, zararli odatlarning mavjudligi va tibbiy tavsiyalarga amal qilmaslik yurak-qon tomir kasalliklarining rivojlanish hamda og‘irlashish xavfini kuchaytiradi. Shu sababli, bemorlarni davolashda faqat somatik belgilarni emas, balki ularning psixoemotsional holatini ham baholash zarur. Umuman olganda, depressiv holatlar yurak-qon tomir kasalliklari uchun mustaqil va ahamiyatli xavf omili ekanligi ilmiy asosda tasdiqlandi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. World Health Organization (WHO). Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. Geneva: WHO; 2017.
2. World Health Organization (WHO). Cardiovascular Diseases (CVDs) Fact Sheet. Geneva: WHO; 2023.
3. Carney R.M., Freedland K.E. Depression and coronary heart disease. *Nature Reviews Cardiology*. 2017;14(3):145–155.
4. Lichtman J.H., Bigger J.T., Blumenthal J.A. et al. Depression and coronary heart disease: Recommendations for screening and treatment. *Circulation*. 2008;118(17):1768–1775.
5. Penninx B.W.J.H. Depression and cardiovascular disease: Epidemiological evidence and biological mechanisms. *Biological Psychiatry*. 2017;81(9):740–748.
6. Hare D.L., Toukhsati S.R., Johansson P., Jaarsma T. Depression and cardiovascular disease: A clinical review. *European Heart Journal*. 2014;35(21):1365–1372.
7. Rozanski A., Blumenthal J.A., Kaplan J. Impact of psychological factors on the pathogenesis of cardiovascular disease. *Journal of the American College of Cardiology*. 1999;34(4):1139–1147.
8. Yusuf S., Hawken S., Ôunpuu S. et al. Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction. *The Lancet*. 2004;364(9438):937–952.
9. O‘zbekiston Respublikasi Sog‘liqni saqlash vazirligi. Yurak-qon tomir kasalliklari profilaktikasi bo‘yicha milliy klinik tavsiyalar. Toshkent; 2022.
10. Nemeroff C.B., Goldschmidt-Clermont P.J. Heartache and heartbreak — The link between depression and cardiovascular disease. *Nature Reviews Cardiology*. 2012;9(9):526–539.