

ВЛИЯНИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ НА ЗДОРОВЬЕ

Ганиев Маруфжон Мухаммаджонович

*Преподаватель русского языка Кафедра узбекского и иностранных языков
Ферганский медицинский институт общественного здоровья*

Аннотация: В данной научной статье в первую очередь даётся понятие о нервах, в основном речь идёт о нервных расстройствах и как они действуют на здоровье людей. Рассматриваются важнейшая роль нервной системы в жизни человека. Как нервы влияют на человека и как появляются болезни, связанные с нервной системой, также, приводятся конкретные примеры о том, к чему приводят неврозы. В конце статьи даются рекомендации как беречь нервную систему и жить управляя своим здоровьем.

Ключевые слова: нервы, соединительная оболочка, нервные волокна, стрессоустойчивость, нервозность, психогенные расстройства, страдание, несчастье, агония, гнев, злоба, горе, депрессия.

Annotation: This scientific article first of all gives the concept of nerves, mainly we are talking about nervous disorders and how they affect people's health. The most important role of the nervous system in human life is considered. How nerves affect a person and how diseases associated with the nervous system appear; specific examples are also given of what neuroses lead to. At the end of the article, recommendations are given on how to protect the nervous system and live by managing your health.

Key words: nerves, connective membrane, nerve fibers, stress resistance, nervousness, psigenic disorders, suffering, misfortune, agony, anger, malice, grief, depression.

Слово нерв происходит из арабского языка и означает «окутывающий». Слово нерв используется в греческом слове «толаун». Нерв – сложная анатомическая структура, соединяющая головной, спинной мозг и нервные окончания с другими органами и тканями. Нервные волокна состоят из нервных пучков, и эти волокна покрыты соединительнотканной оболочкой, в нервной системе человека множественные нервы могут образовывать нервные сплетения. Нервные волокна, нервные нити окружают этими волокнами весь организм.

Неврозы – группа заболеваний нервной системы, характеризующиеся расстройствами высшей нервной системы. Это психогенные заболевания (или психологические расстройства), в основе которых лежит патологическое развитие личности. Клиническая картина этой патологии весьма разнообразна и проявляется психическими и физическими (телесными) симптомами.

Согласно медицинской литературе, нерв связан со всеми органами человека, и они в первую очередь заражают все органы ядовитыми словами и выражениями, разрушающими сердце.

На возникновение невроза могут влиять внутренние и внешние факторы. Все мы прекрасно знаем, что внешние факторы вызывают нервозность и ухудшение психического состояния только через слова. Нервы рвутся на работе, в семье, в различных кругах, в поездках. Почему ломается нерв: от разногласий, плохого обращения, непонимания друг друга. Все вышеперечисленное проявляется через слова, и в результате нервы испорчены.

Нервные слова: глупый, боль, душевная боль, страдание, несчастье, агония, гнев, ненависть, месть, злоба, горе, гнев, страдание, упрек, депрессия и т. д. повреждаются волокна, нервная система истощается, разрушается, и все органы в этой системе заболевают.

Чтобы предотвратить рецидивы невроза, необходимо соблюдать следующее. Для профилактики неврозов необходимо создать комфортные бытовые и трудовые условия, регулировать сон, снизить эмоциональное напряжение. Правильное питание и соответствующая терапия позволяют предотвратить невротические расстройства.

Меры, помогающие устранить невроз, следующие:

- Употребление в пищу сбалансированных, богатых витаминами продуктов.
- Устранение факторов, которые могут вызвать заболевание.
- Развитие стрессоустойчивости.

Статистика по неврозам весьма разнообразна и противоречива. Наблюдаемость этого заболевания зависит от социально-экономического и культурного развития страны. Вот, например, в Великобритании это заболевание встречается у 40%, в Италии - у 30%, в Испании - у 25%. Эти цифры меняются каждый год.

По оценкам Всемирной организации здравоохранения, число больных неврозами за последние 70 лет выросло в 25 раз. В то же время число психических заболеваний удвоилось. Однако в эту статистику включены только те, кто обращается за медицинской помощью.

По неофициальным данным, эти цифры гораздо выше. Специалисты в этой области утверждают, что в начале 20 века количество неврозов увеличилось в 30 раз. Такой рост численности объясняется также частыми обращениями за медицинской помощью, в результате чего неврозы остаются самым распространенным психическим заболеванием.

Среди пожилого населения люди среднего возраста более склонны к неврозам. Что касается детей, то неврозы чаще наблюдаются в период малого возраста и дошкольного возраста. По данным Американской психиатрической ассоциации, неврозы встречаются в 5–80 случаях среди мужчин и в 4–160 случаях среди женщин на 1000 человек.

Неврозы обычно возникают параллельно с каким-либо заболеванием. Более 50% неврозов наблюдаются в структуре пограничных патологий. Неврозы как самостоятельное заболевание встречаются редко.

Термин «невроз» ввел в науку шотландский врач Уильям Каллен в XX веке. С того времени и до настоящего времени термин трактовался по-разному, и до сих пор нет однозначного заключения о его значении.

По мнению некоторых, невроз является результатом хронического напряжения нервной деятельности. Большинство специалистов утверждают, что в основе нейропсихогенной патологии лежит противоречие личностей. Невроз отражает проблемы в межличностных отношениях, прежде всего проблемы общения и поиска собственного «Я». Эту психоаналитическую теорию невроза представил З. Фрейд. Он считал, что неврозы являются результатом конфликта между инстинктивными желаниями и моральными правилами.

Согласно Международной классификации болезней, термин «невротическое расстройство» является синонимом невроза, который охватывает широкий спектр расстройств, таких как обсессивно-компульсивные расстройства (старое название — истерия-бешенство) и неврастения.

Неврозы – группа заболеваний нервной системы, характеризующиеся расстройствами высшей нервной системы. Это психогенные заболевания (или психологические наблюдения), лежащие в основе патологического развития человека. Клиническая картина этой патологии весьма разнообразна и проявляется психическими и физическими (телесными) симптомами.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. М. Рахмонов «Сўз ва саломатлик» 2022 г.
2. Хомская Е.Д., Батова Н.Я. Мозг и эмоции. Нейропсихологическое исследование - Москва: Издательство Московского университета, 1992 - с.180.
3. Ганиев, М. М. (2023). НЕКОТОРЫЕ ТРУДНОСТИ У УЗБЕКСКИХ СТУДЕНТОВ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ГЛАГОЛОВ ДВИЖЕНИЯ В РУССКОМ ЯЗЫКЕ. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 18(2), 184-187.
4. Ганиев, М. М. (2023). НЕКОТОРЫЕ ТРУДНОСТИ У УЗБЕКСКИХ СТУДЕНТОВ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ГЛАГОЛОВ ДВИЖЕНИЯ В РУССКОМ ЯЗЫКЕ. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 18(2), 184-187.
5. Ганиев, М., & Косимжонова, Ф. (2023). ПРОБЛЕМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ГЛАГОЛОВ ДВИЖЕНИЯ РУССКОГО ЯЗЫКА СТУДЕНТАМИ НЕФИЛОЛОГИЧЕСКИХ ВУЗАХ. Engineering problems and innovations.
6. Ганиев, М. М. (2023). ПРЯМОЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ИЛИ ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ СЛОВ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА. SO 'NGI ILMIY TADQIQOTLAR NAZARIYASI, 6(9), 64-71.

7. Ганиев, М. М. (2023). ТРУДНОСТИ И ДОСТИЖЕНИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ РУССКОГО ЯЗЫКА В АУДИТОРИЯХ С ИНОСТРАННЫМИ СТУДЕНТАМИ. *Scientific Impulse*, 1(10), 647-651.
8. ГАНИЕВ, М. М. (2022). Гендерное равенство в Узбекистане. МОЛОДОЙ УЧЕНЬИ Учредители: ООО" Издательство Молодой ученый", (39), 183-185.
9. Ганиев, М. (2022). Особенности глаголов современного русского литературного языка. *Общество и инновации*, 3, 2.
10. Ганиев, М. М. (2022). РУССКИЙ ЯЗЫК–ЯЗЫК МЕЖНАЦИОНАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ. INTEGRATION OF SCIENCE, EDUCATION AND PRACTICE. *SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL*, 3(9), 103-106.
11. ГАНИЕВ, М. М. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ. МОЛОДОЙ УЧЕНЬИ Учредители: ООО" Издательство Молодой ученый", (47), 376-378.
12. Ганиев, М. М. (2021). Роль иллюстративно-объяснительного обучения русскому языку иностранных студентов. *Молодой ученый*, (1), 53-55.
13. Ганиев, М. М. (2021). Лексическое сопоставление некоторых слов и выражений в разносистемных языках на основе четырёх языков: русского, узбекского, английского и государственного языка Пакистана-урду. *Молодой ученый*, (6), 446-448.
14. Ганиев, М. (2020). Внедрение информационно-коммуникативных технологий в образовательный процесс как средство развития интеллектуальных способностей учащихся. *Молодой ученый*, (11), 161-163.
15. Ганиев, М. М. (2020). Некоторые проблемы при обучении русскому языку студентов национальных групп в вузах. *Образование и воспитание*, (3), 59-61.
16. Ганиев, М. М. (2020). Проблемы обучения русскому языку студентов медицинских вузов в Узбекистане. *Молодой ученый*, (44), 322-324.
17. Ганиев, М. М. (2019). МЕЖПРЕДМЕТНЫЕ СВЯЗИ ПРИ ОБУЧЕНИИ РУССКОМУ ЯЗЫКУ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНФОРМАЦИОННЫХ СРЕДСТВ И КОМПЬЮТЕРНОЙ ТЕХНОЛОГИИ. In *Психологическое благополучие современного человека* (pp. 579-582).
18. Исаева, З.Т. (2023). ИДЕНТИФИКАЦИЯ ПАРАДИГМАТИКИ И СИНТАГМАТИКИ В КОРПУСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ЛИНГВИСТИКЕ. *Finland International Scientific Journal of Education, Social Science & Humanities*, 11(4), 269-264.
19. Rakhmanovna, P.O., & Tairovna, I.Z. (2023). INNOVATIVE EDUCATIONAL TECHNOLOGIES TYPES. *Scientific Impulse*, 1(10), 950-955.
20. Исаева, З.Т. (2023). СИНТАГМАТИКА И ПАРАДИГМАТИКА КАК ТИПЫ ОТНОШЕНИЙ И СВЯЗИ ЯЗЫКОВЫХ ЕДИНИЦ В СОВРЕМЕННОЙ ЛИНГВИСТИКЕ. *Новости образования: исследование в XXI веке*, 1(9), 99-103.

21. Исаева, З.Т. (2023). ВАЖНОСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛЕКСИКОЛОГИИ КАК РАЗДЕЛА ЯЗЫКОЗНАНИЯ. О'ЗБЕКISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI, 2(19), 900-903.

22. Parpiyeva, O. R., & Ostanaqulov, A. D. (2019). SCHIZOPHRENIA DISEASE. Теория и практика современной науки, (6 (48)), 18-20.

23. Parpiyeva, O.R. (2022). Basics of a healthy lifestyle in the educational process. Journal of Pedagogical Inventions and Practices, 9, 89-94.

24. Parpiyeva, O. R., & Ostanaqulov, A. D. (2019). Health theory. Форум молодых ученых, (6 (34)), 26-28.