



**ФУНДАМЕНТАЛ ВА  
КЛИНИК ТИББИЁТ  
АХБОРОТНОМАСИ**

**BULLETIN OF FUNDAMENTAL  
AND CLINIC MEDICINE**

2026, №2 (22)

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

**BULLETIN OF FUNDAMENTAL  
AND CLINIC MEDICINE**  
**ФУНДАМЕНТАЛ ВА КЛИНИК  
ТИББИЁТ АХБОРОТНОМАСИ**  
**ВЕСТНИК ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ И  
КЛИНИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ**

Научный журнал по фундаментальным и клиническим  
проблемам медицины  
основан в 2022 году

Бухарским государственным медицинским институтом  
имени Абу Али ибн Сино  
выходит один раз в 2 месяца

*Главный редактор – Ш.Ж. ТЕШАЕВ*

**Редакционная коллегия:**

*С.С. Давлатов (зам. главного редактора),  
Р.Р. Баймурадов (ответственный секретарь),  
М.М. Амонов, Г.Ж. Жарилкасинова,  
А.Ш. Иноятов, Д.А. Хасанова, Е.А. Харибова,  
Ш.Т. Уроков, Б.З. Хамдамов, Ф.К. Халлоқов*

*Учредитель Бухарский государственный  
медицинский институт имени Абу Али ибн Сино*

**2026, № 2 (22)**

## Адрес редакции:

Республика Узбекистан, 200100, г.  
Бухара, ул. Гиждуванская, 23.

**Телефон** (99865) 223-00-50

**Факс** (99866) 223-00-50

**Сайт** <https://bsmi.uz/journals/fundamental-ya- klinik-tibbiyot-ahborotnomasi/>

**e-mail** [baymuradovravshan@gmail.com](mailto:baymuradovravshan@gmail.com)

## О журнале

*Журнал зарегистрирован  
в Управлении печати и информации  
Бухарской области  
№ 1640 от 28 мая 2022 года.*

*Журнал внесен в список  
утвержденный приказом № 370/б  
от 8 мая 2025 года реестром ВАК  
в раздел медицинских наук.*

Отпечатано в типографии ООО  
“Шарк-Бухоро”. г. Бухара,  
ул. Узбекистон Мустакиллиги, 70/2.

## Редакционный совет:

Абдурахманов Д.Ш.	(Самарканд)
Абдурахманов М.М.	(Бухара)
Ахмедов Р.М.	(Бухара)
Баландина И.А.	(Россия)
Бахронов Ж.Ж.	(Бухара)
Бернс С.А.	(Россия)
Газиев К.У.	(Бухара)
Деев Р.В.	(Россия)
Дустова Н.К.	(Бухара)
Зокирова Н.Б.	(Ташкент)
Казакова Н.Н.	(Бухара)
Калашникова С.А.	(Россия)
Каримова Н.Н.	(Бухара)
Курбонов С.С.	(Таджикистан)
Маматов С.М.	(Кыргызстан)
Мамедов У.С.	(Бухара)
Мирзоева М.Р.	(Бухара)
Миршарапов У.М.	(Ташкент)
Набиева У.П.	(Ташкент)
Нуралиев Н.А.	(Хорезм)
Наврұзов Р.Р.	(Бухара)
Нарзиева Д.Ф.	(Бухара)
Орипов Ф.С.	(Самарканд)
Орипова Ф.Ш.	(Бухара)
Одилова Г.Р.	(Бухара)
Очилов К.Р.	(Бухара)
Раупов Ф.С.	(Бухара)
Рахмонов К.Э.	(Самарканд)
Рахметов Н.Р.	(Казахстан)
Рахматова С.Н.	(Бухара)
Султонова Л.Дж.	(Бухара)
Сайдуллаев З.Я.	(Самарканд)
Удочкина Л.А.	(Россия)
Файзиев Х.Б.	(Бухара)
Хамдамова М.Т.	(Бухара)
Хамдамов И.Б.	(Бухара)
Ходжаева Д.Т.	(Бухара)
Худойбердиев Д.К.	(Бухара)
Шодиева М.С.	(Бухара)
Эшонов О.Ш.	(Бухара)

**ТИББИЁТ ОЛИЙ ЎҚУВ ЮРТЛАРИ ХОРИЖИЙ ТАЛАБАЛАРИНИНГ МОСЛАШУВ  
КЎРСАТКИЧЛАРИ ВА УЛАРНИНГ СОҒЛИҚ ҲОЛАТИ БИЛАН БОҒЛИҚЛИГИ****Раза К.М., Ризаев Ж.А., Камалова М.И.**

Самарқанд давлат тиббиёт университети, Самарқанд ш., Ўзбекистон

**Резюме.** Янги таълим, ижтимоий-маданий ва тил муҳитига мослашиш кўп қиррали жараён бўлиб, чет эллик тиббиёт талабаларининг руҳий-физиологик ҳолати ва ўқув фаолиятига сезиларли таъсир кўрсатади. Тиббий таълимнинг ўзига хос хусусиятлари - ўқитишнинг юқори даражадаги жадаллиги, катта ҳажмдаги назарий билимлар ва амалий кўникмаларни ўзлаштириш зарурати, шунингдек, беморларнинг ҳаёти ва соғлиги учун юқори масъулият - мослашув жараёнида қўшимча стресс омилларини келтириб чиқаради.

**Калит сўзлар:** мослашув, хорижий талабалар, тиббиёт талабалари, мослашув индекслари, умумий соғлиқ, руҳий стресс, ижтимоий-маданий мослашув, академик мослашув, физиологик стресс

**ADAPTATION INDICATORS OF FOREIGN STUDENTS OF MEDICAL INSTITUTIONS AND  
THEIR CORRELATION WITH THEIR HEALTH CONDITIONS****Raza K.M., Rizayev J.A., Kamalova M.I.**

Samarkand State Medical University, Samarkand, Uzbekistan

**Resume.** Adaptation to a new educational, socio-cultural, and linguistic environment is a multifactorial process that significantly influences the psychophysiological state and academic performance of foreign medical students. The specifics of medical education, characterized by high intensity of training, the need to master a large volume of theoretical knowledge and practical skills, as well as increased responsibility for the life and health of patients, create additional stress factors for the adaptation process.

**Keywords:** adaptation, foreign students, medical students, adaptation indices, general health, psychological stress, socio-cultural adaptation, academic adaptation, physiological stress

**ПОКАЗАТЕЛИ ПРИСПОСОБЛЕНИЯ ЗАРУБЕЖНЫХ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ  
ВУЗОВ И ИХ КОРРЕЛЯЦИЯ С СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ****Раза К.М., Ризаев Ж.А., Камалова М.И.**

Самарқандский государственный медицинский университет, г. Самарқанд, Узбекистан

**Резюме.** Адаптация к новой образовательной, социокультурной и языковой среде является многофакторным процессом, оказывающим существенное влияние на психофизиологическое состояние и академическую успеваемость иностранных студентов-медиков. Специфика медицинского образования, характеризующаяся высокой интенсивностью обучения, необходимостью освоения большого объема теоретических знаний и практических навыков, а также повышенной ответственностью за жизнь и здоровье пациентов, создает дополнительные стрессовые факторы для процесса адаптации.

**Ключевые слова:** адаптация, иностранные студенты, студенты-медики, индексы адаптации, общее здоровье, психологический стресс, социокультурная адаптация, академическая адаптация, физиологический стресс

**Кириш.** Олий таълимнинг глобаллашуви бутун дунё бўйлаб тиббиёт олий ўқув юртларида хорижий талабалар сонининг сезиларли даражада кўпайишига олиб келди. Бу талабалар нафақат мураккаб ўқув материалларини ўзлаштириш, балки янги маданий, ижтимоий ва тил муҳитига мослашиш зарурати билан боғлиқ ўзига хос қийинчиликларга дуч келмоқдалар [1]. Хорижий тиббиёт талабаларининг мослашув жараёни кўп қиррали ҳодиса бўлиб, у академик, ижтимоий, психологик ва маданий жиҳатларни қамраб олади [2].

Қабул қилувчи мамлакатда яшаш ва ўқишга муваффақиятли мослашиш таълим сифати, ўзлаштириш ва энг муҳими, талабаларнинг руҳий ҳамда жисмоний саломатлигига таъсир этувчи ҳал қилувчи омил ҳисобланади [3]. Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, чет эллик талабалар кўпинча мослашиш қийинчиликлари туфайли юқори даражадаги стресс, ташвиш ва бошқа психологик муаммоларни бошдан кечирадилар. Хусусан, тиббиёт талабалари ўқишга қўйиладиган юқори талаблар, касбнинг ахлоқий масъулияти ва нотаниш соғлиқни сақлаш тизимида келажақда ишлаш истиқболи туфайли

кўшимча босимни ҳис қилишади [4]. Мослашув жараёнлари ва саломатлик ҳолати ўртасидаги боғлиқлик психосоматик тиббиёт ва психология соҳасида аллақачон тан олинган. Мослашувнинг етарли бўлмаслиги кўпинча психосоматик бузилишлар, иммунитетнинг пасайиши, уйқу ва иштаҳанинг бузилиши, мавжуд сурункали касалликларнинг кучайиши билан кузатилади. Аксинча, муваффақиятли мослашув руҳий саломатликни мустаҳкамлашга, ҳаёт сифатини оширишга ва умумий фаровонликни яхшилашга ёрдам беради [5].

Ушбу муаммонинг аҳамиятига қарамай, адабиётларда хорижий тиббиёт талабаларининг мослашув кўрсаткичларини ва уларнинг умумий саломатлик даражаси билан бевосита боғлиқлигини тизимли таҳлил қилувчи кенг қамровли тадқиқотлар етарли эмас. Мослашув жараёнларини баҳолашнинг ишончли усулларини ишлаб чиқиш ва мослашувнинг ушбу тоифадаги талабалар саломатлигига таъсир кўрсатадиган аниқ механизмларни аниқлаш зарурати мавжуд [6]. Олий тиббий таълимнинг глобаллашув жараёнлари турли мамлакатлардаги тиббиёт олий ўқув юртларида хорижий талабалар сонининг сезиларли даражада кўпайишига сабаб бўлди. УНЕСКО (2023) маълумотларига кўра, сўнгги ўн йил ичида тиббиёт мутахассисликлари бўйича таҳсил олаётган хорижий талабалар сони 45 фоизга ошиб, дунё миқёсида 2,1 миллиондан ортиқ кишини ташкил этмоқда.

Янги таълим, ижтимоий-маданий ва тил муҳитига мослашиш кўп қиррали жараён бўлиб, чет эллик тиббиёт талабаларининг руҳий-физиологик ҳолати ва ўқув натижаларига жиддий таъсир кўрсатади. Тиббий таълимнинг ўзига хос хусусиятлари - ўқитишнинг юқори жадаллиги, катта ҳажмдаги назарий билим ва амалий кўникмаларни ўзлаштириш зарурати, шунингдек беморларнинг ҳаёти ва соғлиғи учун юқори масъулият - мослашиш жараёнида кўшимча стресс омилларини юзага келтиради[7].

Кўплаб тадқиқотлар шуни кўрсатадики, хорижий тиббиёт талабаларининг муваффақиятсиз мослашуви хавотирли-депрессив ҳолатларга, психосоматик касалликларга, иммунитетнинг пасайишига ва умуман ҳаёт сифатининг ёмонлашишига олиб келиши мумкин. Чен Л. ва бошқаларнинг (2022) маълумотларига кўра, тиббиёт олий ўқув юртлари хорижий талабаларининг 38-45 фоизда уйқу, иштаҳа, когнитив функциялар ва шахслараро муносабатларнинг бузилишини ўз ичига олган дезадаптация синдромининг турли белгилари кузатилади[8]. Тиббиёт олий таълим муассасалари хорижий талабаларининг мослашув кўрсаткичларини ўрганиш долзарблиги мослашув жараёнларини такомиллаштириш, дезадаптатсион бузилишларнинг олдини олиш ва хорижий фуқаролар учун тиббий таълим сифатини ошириш бўйича илмий асосланган ёндашувларни ишлаб чиқиш зарурати билан белгиланади[9]. Шу билан бирга, замонавий илмий адабиётларда хорижий тиббиёт талабаларининг турли мослашув кўрсаткичлари ва уларнинг жисмоний ҳамда руҳий саломатликка таъсири ўртасидаги боғлиқликни ўрганишга қаратилган комплекс тадқиқотлар етарли эмас. Тиббий таълимнинг ўзига хос шароитларида мослашув салоҳиятини баҳолашнинг стандартлаштирилган усуллари ва мослашув жараёнларининг муваффақиятини башорат қилиш мезонлари мавжуд эмас.

**Тадқиқотнинг мақсади:** тиббиёт олий таълим муассасалари хорижий талабаларининг мослашув кўрсаткичларини ўрганиш ҳамда мослашув жараёнларини баҳолаш ва такомиллаштиришнинг яхлит тизимини ишлаб чиқиш учун уларнинг жисмоний ва руҳий саломатлик ҳолати билан ўзаро боғлиқлигини аниқлашдан иборат.

**Тадқиқот материаллари ва усуллари.** Ушбу тадқиқот Самарқанд давлат тиббиёт университетида (СамДТУ) учта факультет негизида ўтказилди: даволаш иши (халқаро бўлим - асосий тадқиқот гуруҳи) ва стоматология (халқаро бўлим). 1-5 курс талабаларини текшириш 2024 йил сентябрдан 2025 йил майгача бўлган даврда ўқув хоналари, талабалар турар жойлари ва компьютер синфларида амалга оширилди. Тадқиқотда тиббиёт университетининг 18-25 ёшдаги (ўртача ёши  $19,3 \pm 1,5$ ) 400 нафар талабаси иштирок этди. Танланма қуйидагича тақсимланди: чет эллик талабалар 221 нафар (80,0%), ўртача ёши  $19,5 \pm 1,6$ . Покистондан 56 киши (17,5%), Ҳиндистондан 150 киши (46,9%), Озарбайжондан 10 киши (3,1%), Туркиядан 15 киши (4,7%). Маҳаллий талабалар (назорат гуруҳи) 80 нафар (20,0%), ўртача ёши  $18,9 \pm 1,3$ .

Жинсий тақсимот бир хил эди: 200 нафар эркак (50,0%) ва 200 нафар аёл (50,0%). Чет эллик талабалар факультетлар бўйича қуйидагича тақсимланди: даволаш иши - 184 нафар (57,5%), стоматология - 92 нафар (28,8%), педиатрия - 44 нафар (13,8%). Текширилган талабаларнинг кўпчилиги (153 нафар, 47,8%) биринчи курсда ўқирди, чунки ўқишнинг дастлабки босқичларида мослашиш қийинчиликлари юқори даражада бўлади.

Маълумотларни тўплаш учун Аичи-Гакуин университети (Япония) стоматологик профилактика ва жамоат саломатлиги бўлими ҳамда Лидс шаҳри (Буюк Британия) соғлиқни сақлаш органлари стоматология хизмати томонидан ишлаб чиқилган "Health Survey" сўровномаси асосида мослаштирилган чет эллик тиббиёт талабаларининг мослашувини баҳолаш махсус сўровномаси

(АОАС-М) ишлатилди. Асл сўровнома ушбу тадқиқот мақсадларига мос келиши учун ижтимоий-психологик мослашув бўлимлари қўшилган ҳолда ўзгартирилди.

Анкета рус тилига таржима қилиниб, сўнгра назорат учун қайта инглиз тилига ўтирилди. Таржима экспертлар қўмитаси томонидан баҳоланди. Туркий ва инглиз тилида сўзлашувчи мамлакатлардан келган талабалар учун инглиз тилида маслаҳатлар берилган ҳолда тил мослашуви ўтказилди.

Жараён қуйидаги босқичлардан иборат эди:

1. Тадқиқот мақсади ва вазифаларини тушунтириш (3 дақиқа)
2. Ихтиёрий равишда хабардор қилинган розиликни олиш
3. Аудиторияда сўровномани мустақил тўлдириш (3-4 дақиқа)

4. Такрорланмайдиган танланмадан фойдаланиш - ҳар бир иштирокчи сўровномани фақат бир марта тўлдирди

Маълумотлар сифатини назорат қилиш тўлдирилган анкеталарнинг тўлиқлиги ва мазмунлилигини текшириш орқали амалга оширилди. Қисман тўлдирилган анкеталар таҳлилдан чиқариб ташланди. Тадқиқотда танланманинг вакиллиги таъминланиши учун барча талабалар (соғлом ва сурункали касалликлари борлар) иштирок этди. Натижалар гендер ёндашувни ҳисобга олган ҳолда таҳлил қилинди.

Сўровнома уч асосий қисмдан иборат эди:

Биринчи қисм: мослашув ва мослашув бузилиши белгиларини баҳолаш (18 та савол)

У учта кичик саволлар гуруҳини ўз ичига олди:

- Асосий мослашув муаммоларининг белгилари (5 та савол)
- Ёшларнинг хулқ-атвор стереотиплари (8 та савол)
- Мослашиш вазиятларида талабаларнинг кечинмалари (5 та савол)

Таҳлил ижтимоий-психологик мослашув индексини (ИСПА) балларда ҳисоблаш билан жавобларнинг частотали тақсимоли асосида ўтказилди.

Иккинчи қисм: мослашув билан боғлиқ умумий саломатликдаги ўзгаришлар (15 та савол)

Мослашув жараёнининг талабалар саломатлигига таъсирини ўрганди:

- Мослашув стрессининг жисмоний саломатликка таъсири
- Мослашув жараёнининг руҳий саломатликка таъсири
- Уйку, иштаха ва кувват сифатидаги ўзгаришлар
- Ижтимоий интеграциянинг саломатликка таъсири
- Психосоматик белгиларнинг ривожланиши

Учинчи қисм: Умумий саломатлик ва ҳаёт сифатини баҳолаш (20 та савол)

У олти та функционал гуруҳни баҳолашни кўзда тутди:

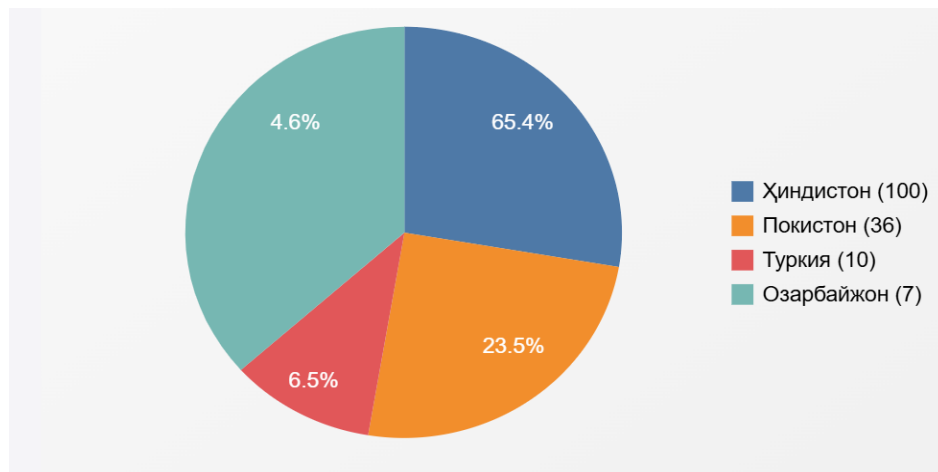
1. Жисмоний функция (6 та савол);
2. Психик функция (5 та савол);
3. Ижтимоий роль функцияси (2 та савол);
4. Ижтимоий функция (1 та савол);
5. Саломатликни идрок этиш (5 та савол)
6. Оғрик/ноқулайликни ҳис қилиш (1 та савол).

Маълумотлар тавсифий статистиканинг стандарт усулларида фойдаланган ҳолда қайта ишланди. Жавобларнинг мутлақ ва нисбий частоталари, ўртача қийматлар ва стандарт оғишлар аниқланди. Мослашув индекси ва саломатлик кўрсаткичлари ўртасидаги боғлиқликни баҳолаш учун корреляция коэффициентларини ҳисоблаш билан корреляцион таҳлил ўтказилди. Таҳлилда таълим курсига қараб мослашув ва саломатлик кўрсаткичларидаги фарқлар инобатга олинди. Натижалар фоиз улуши ва ишончлилиқ оралиқлари кўрсатилган жадвал ва графиклар кўринишида тақдим этилди.

Тадқиқотнинг асосий гуруҳини 320 нафар чет эллик талабалар (80,0%) ташкил этди. Улар орасида энг кўп Ҳиндистон (150 нафар, 46,9%) ва Покистон (56 нафар, 17,5%) талабалари бор эди. Озарбайжондан 10 нафар (3,1%), Туркиядан 15 нафар (4,7%) талаба қатнашди. Назорат гуруҳини Ўзбекистондан 80 нафар маҳаллий талаба (20,0%) ташкил этди. Сўровда қатнашган чет эллик талабаларнинг аксарияти (153 киши, 47,8%) биринчи курсда ўқиётган эди: улардан 36 нафари Покистондан, 100 нафари Ҳиндистондан, 7 нафари Озарбайжондан ва 10 нафари Туркиядан келган. Иккинчи курсда 24 нафар, тўртинчи курсда 30 нафар, бешинчи курсда 24 нафар талаба текширилди. Иккала гуруҳда ҳам жинсий тақсимот тахминан бир хил эди (50% эркеклар ва 50% аёллар)(1-расм).

Сўровноманинг биринчи қисми натижалари таҳлили хорижий ва маҳаллий талабалар ўртасидаги мослашув даражасидаги фарқларни кўрсатди. Хорижий талабаларда ижтимоий-психологик мослашув индекси (ИПМИ) маҳаллий талабаларнинг назорат гуруҳига қараганда пастроқ бўлиб, бу мо-

слашиш қийинчиликлари мавжудлигини кўрсатади. Энг яққол мослашув қийинчиликлари биринчи курс талабаларида кузатилди. Асосий мослашув муаммолари (1-кичик гуруҳ) қуйидагиларни ўз ичига олди: чет тилида мулоқот қилишдаги қийинчиликлар, ижтимоий алоқаларни ўрнатишдаги мураккабликлар, иқлимга қўниқиш муаммолари, оилавий қўллаб-қувватлашнинг йўқлиги. Ушбу омиллар биринчи курс талабаларининг 75-82 фоизида аниқланди, бу юқори курс талабалари (35-48%) ва маҳаллий талабалар (15-20%) кўрсаткичларидан анча юқори.



1-Расм. 1- курс хорижий талабаларнинг тақсимои

Хулқ-атвор стереотипларини таҳлил қилиш (2-кичик гуруҳ) шуни кўрсатдики, чет эллик биринчи курс талабалари имтиҳонлар олдидан сезиларли даражада кўпроқ стресс ҳолатини бошдан кечирардилар (84%), ўзлаштиришдан хавотирланадилар (78%), ижтимоий мулоқотни чеклайдилар (75%). Юқори курсларда бу кўрсаткичлар сезиларли даражада пасайди: 4-5 курсларда имтиҳонлар олдидаги стресс 42% ни, ўзлаштиришдан хавотирланиш 38% ни, ижтимоий мулоқотнинг чекланиши 28% ни ташкил этди. Маҳаллий талабаларда бу кўрсаткичлар мос равишда 35%, 38% ва 22% ни ташкил этди. Талабаларнинг мослашиш вазиятидаги кечинмалари (3-кичик гуруҳ) ёлғизлик ҳисси (чет эллик биринчи курс талабаларида 78%, 4-5 курс талабаларида 35% ва маҳаллий талабаларда 18%), уйни соғиниш (82% га нисбатан 42% ва 5%), муваффақиятга ишончсизлик (68% га нисбатан 35% ва 25%) билан тавсифланди. Таълим курсига боғлиқ ҳолда мослашув кўрсаткичлари динамикаси таълим давомийлиги ошиши билан мослашув жараёнининг аста-секин яхшиланишини кўрсатади. Алоҳида халқаро бўлимларда таҳсил олаётган Ўиндистон ва Покистон талабаларида мослашишдаги қийинчиликлар яққолроқ намоён бўлган бўлса, маҳаллий талабалар билан аралаш гуруҳларда таҳсил олаётган Туркия ва Озарбайжон талабалари нисбатан яхшироқ мослашиш кўрсаткичларини намоёиш этдилар. Жинс бўйича ҳам сезиларли фарқлар аниқланди: чет эллик аёллар кўпинча ҳиссий қийинчиликлар ва ёлғизлик ҳисси ҳақида хабар беришди (эркакларда 58% га нисбатан 80%).

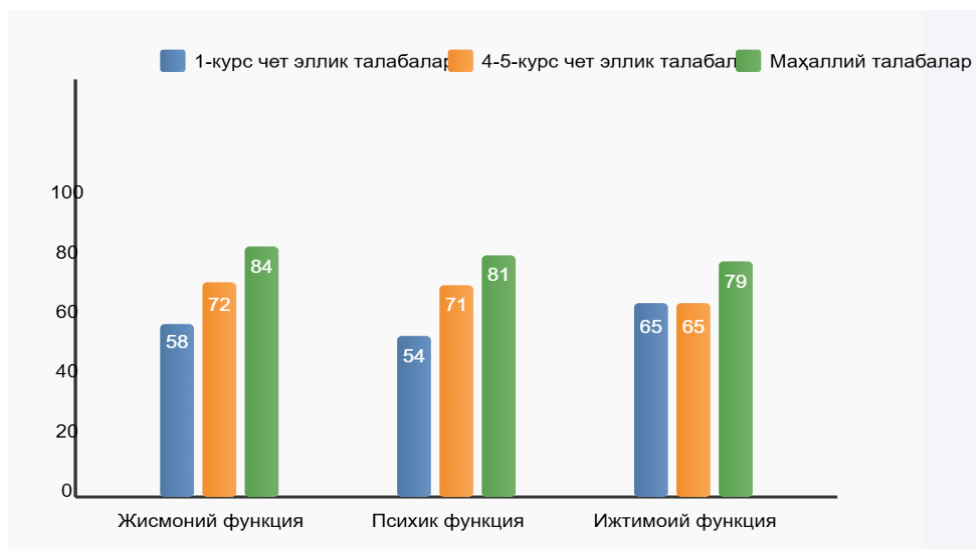
Мослашув стресси талабаларнинг жисмоний саломатлигига катта таъсир кўрсатди. Хорижлик биринчи курс талабаларининг 68 фоизи уйку бузилишини, 62 фоизи иштаҳанинг ўзгаришини, 58 фоизи тез чарчашни, 55 фоизи бош оғриғини қайд этди. 4-5 курсларда бу кўрсаткичлар сезиларли даражада пасайди (мос равишда 32%, 28%, 25%, 18%). Назорат гуруҳи шунга ўхшаш аломатлар ҳақида анча кам хабар берди (мос равишда 22%, 18%, 15%, 10%).

Рухий саломатлик ҳам ўзгаришларга учради. Чет эллик биринчи курс талабаларида хавотирланиш (76%), тушқун кайфият (62%), асабийлашиш (72%), диққатни жамлашнинг бузилиши (68%) кузатилди. Юқори курсларда бу кўрсаткичлар камайди: 4-5 курсларда хавотир 35% ни, тушқун кайфият 22% ни, асабийлашиш 32% ни, диққатни жамлашнинг бузилиши 28% ни ташкил этди. Тегишли кўрсаткичлар маҳаллий талабаларда 25%, 15%, 20%, 18% ни ташкил этди. Чет эллик биринчи курс талабаларининг 52 фоизида бел оғриғи, ошқозон-ичак бузилишлари, юрак уришининг тезлашиши кўринишидаги психосоматик аломатларнинг ривожланиши қайд этилган, бу 4-5 курс талабалари (17%) ва назорат гуруҳи (17%) кўрсаткичларидан 3 барабар юқори.

Ижтимоий интеграциянинг ижобий таъсири шунда намоён бўлдики, талабалар ҳаётига фаол қўшилган ва дўстлари бўлган талабалар ўзларининг саломатлиги ҳақида хабар беришди. Халқаро бўлимларда таҳсил олаётган Ўиндистон ва Покистон талабалари маҳаллий талабалар билан аралаш гуруҳларда таҳсил олаётган турк ва озарбайжон талабаларига нисбатан мослашувчанлик стрессининг юқори даражаларини кўрсатди (фарқлар статистик жиҳатдан аҳамиятли,  $p < 0,05$ ).

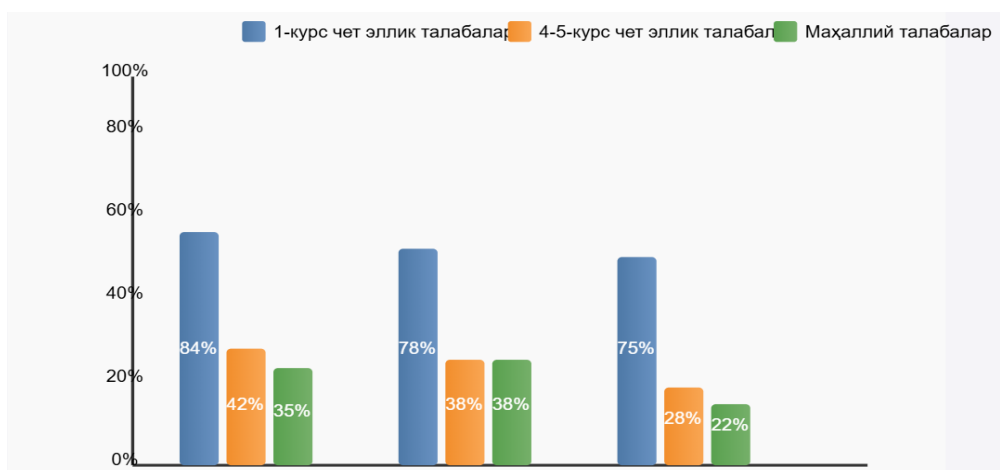
Жисмоний функция: Хорижий биринчи курс талабалари кундалик машғулотларни бажаришда кўпроқ жисмоний чекловлар ҳақида хабар беришди. Чет эллик биринчи курс талабаларида жисмоний функция кўрсаткичлари  $58 \pm 16$  баллни (100 гача бўлган шкалада), 4-5 курсларда  $72 \pm 14$  баллни, маҳаллий талабаларда эса  $84 \pm 12$  баллни ( $p < 0,05$ ) ташкил этди.

Психик функция: Психик функцияни баҳолаш хорижий биринчи курс талабаларида пастроқ кўрсаткичларни аниқлади ( $54 \pm 19$  балл, 4-5 курс талабаларида  $71 \pm 16$  балл ва маҳаллий талабаларда  $81 \pm 14$  балл,  $p < 0,05$ ). Эмоционал фаровонлик ва психологик барқарорлик кўрсаткичлари энг кўп зарар кўрди (2-расм).



2-расм. Талабаларнинг саломатлик кўрсаткичлари

Ўқув ва ижтимоий ролларни бажаришда чекловлар чет эллик биринчи курс талабаларининг 56 фоизда, 4-5 курс талабаларининг 28 фоизда ва маҳаллий талабаларининг 15 фоизда қайд этилган. Бу чекловлар ҳам жисмоний, ҳам ҳиссий омиллар билан боғлиқ эди (3-расм).



3-расм. Талабаларда стресс кўрсаткичлари тақосланиши

Ижтимоий функция: Хорижий биринчи курс талабалари ижтимоий ўзаро таъсирнинг энг ёмон кўрсаткичларини намоиш этдилар (4-5 курс талабаларида  $65 \pm 18$  балл ва маҳаллий талабаларда  $79 \pm 14$  балл,  $p < 0,05$ ). Саломатликни идрок этиш: Биринчи курсда ўқиётган чет эллик талабаларда саломатликни умумий идрок этиш кўпроқ салбий бўлган. Фақат 18 фоизи ўз саломатлигини аъло ёки жуда яхши деб ҳисоблаган бўлса, 4-5 курсларда бу кўрсаткич 42 фоизни, маҳаллий талабалар орасида эса 62 фоизни ташкил этди. Оғрик/ноқулайлик ҳисси: Биринчи курс хорижлик талабаларининг 52 фоизи кундалик фаолиятга тўсқинлик қиладиган тез-тез оғрик ва ноқулайлик ҳисси ҳақида хабар беришган, 4-5 курс талабаларининг 22 фоизи назорат гуруҳидаги 12 фоизга нисбатан.

Ижтимоий-психологик мослашув индекси (ИПСИ) ва жисмоний саломатлик ( $p = 0,72$ ,  $p < 0,001$ ), рухий саломатлик ( $p = 0,81$ ,  $p < 0,001$ ), ижтимоий функция ( $p = 0,75$ ,  $p < 0,001$ ) ва умумий ҳаёт сифати

( $p=0,78$ ,  $p<0,001$ ) кўрсаткичлари ўртасида ижобий боғлиқлик аниқланди. Адаптацион стресс даражаси билан жисмоний ( $p=-0,68$ ,  $p<0,001$ ) ва рухий саломатлик ( $p=-0,74$ ,  $p<0,001$ ) кўрсаткичлари ўртасида манфий корреляцион боғлиқлик аниқланди.

Ўқитиш курсига қараб кўрсаткичлар таҳлили шуни кўрсатдики, ўқитиш вақтининг ошиши билан мослашувчанлик индекси яхшиланади ва саломатлик кўрсаткичлари ошади. Ижтимоий ҳаётда фаол иштирок этган ва қўллаб-қувватловчи муҳитга эга бўлган талабалар мослашиш ва саломатлик кўрсаткичлари бўйича анча яхши натижаларни кўрсатдилар (ажратилган талабаларга қараганда 25-35% га юқори).

**Хулосалар:** Шундай қилиб, чет эллик тиббиёт талабаларининг мослашиш қийинчиликлари, айниқса, таълимнинг дастлабки босқичларида яққол намоён бўладиган муҳим ҳодисадир. Биринчи курсда мослашиш қийинчиликлари тил тўсиқлари, ижтимоий изоляция, маданий шок ва оилавий қўллаб-қувватлашнинг йўқлиги кўринишида намоён бўлади. Чет эллик биринчи курс талабаларида ижтимоий-психологик мослашув индекси юқори курс талабалари ва маҳаллий талабаларга қараганда сезиларли даражада паст эди. Жисмоний саломатликнинг бузилиши (уйқу, иштаха, чарчок), рухий ҳолатнинг бузилиши (ташвиш, депрессия, асабийлашиш) ва психосоматик бузилишларнинг ривожланиши аниқланган. Ушбу бузилишларнинг тарқалиши биринчи курс талабаларида юқори курсларга ва маҳаллий талабаларнинг назорат гуруҳига қараганда 3 барабар юқори. Ўқиш давомийлиги ошиши билан мослашиш жараёни ва саломатлик кўрсаткичларининг аста-секин яхшиланиши кузатилади. 4-5 курс талабалари мослашиш ва саломатлик ҳолати бўйича биринчи курс талабаларига нисбатан анча яхши натижаларни кўрсатди. Корреляция коэффицентлари мослашув ва саломатликнинг ижобий алоқалари учун 0,72 дан 0,81 гача, стресс ва саломатликнинг салбий алоқалари учун эса -0,68 дан -0,74 гача ўзгариб турди, бу эса саломатлик ҳолатининг мослашув жараёнининг муваффақиятига бевосита боғлиқлигини кўрсатади.

#### Адабиётлар рўйхати:

1. Абдулина, Г.В. Психологические аспекты адаптации иностранных студентов в России / Г.В. Абдулина, М.А. Порошина // Вестник Московского государственного лингвистического университета. – 2019. – № 12 (842). – С. 156-169. – ISSN 2073-6681.
2. Алексеев, В.Г. Адаптация иностранных студентов к условиям обучения в российских вузах / В.Г. Алексеев, С.И. Петров, Н.В. Сергеева // Образование и воспитание. – 2020. – № 5 (31). – С. 1-10. – ISSN 2587-8352.
3. Березина, Е.О. Социально-психологическая адаптация иностранных студентов как фактор их успешного обучения / Е.О. Березина, Л.М. Гаврилина // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2021. – № 23. – С. 78-84.
4. Гор, В.П. Здоровье студентов-медиков: социально-гигиеническая характеристика / В.П. Гор, О.В. Краснова, М.И. Хасаев // Медицинское образование и профессиональное развитие. – 2018. – Том 8, № 2. – С. 45-58.
5. Зеленцова, М.В. Качество жизни и психическое здоровье иностранных студентов, обучающихся в медицинских вузах / М.В. Зеленцова, Ю.В. Панова, А.С. Шахова // Журнал науч-
- ных статей Здоровье и образование в XXI веке. – 2019. – Том 21, № 10. – С. 234-241. – ISSN 2312-9972.
6. Иванова, Н.Л. Влияние адаптационного стресса на показатели здоровья иностранных студентов / Н.Л. Иванова, А.В. Козлов // Профилактическая медицина. – 2020. – Том 23, № 4. – С. 10-18.
7. Лапшина, О.В. Языковые барьеры как фактор адаптационного стресса у иностранных студентов / О.В. Лапшина, И.Г. Романова // Актуальные вопросы филологии и методики преподавания иностранных языков. – 2020. – № 18. – С. 112-122.
8. Морозов, Е.В. Организационные модели обучения иностранных студентов: опыт российских медицинских университетов / Е.В. Морозов, А.П. Лехин, В.И. Вольнец // Российский медицинский журнал. – 2019. – Том 25, № 6. – С. 456-465.
9. K.M. Raza, J.A. Rizayev, M.I. Kamalova - Indexes of adaptation of foreign medical students and their relationship with their general health//New Day in Medicine 1(87)2026 179-184 [https://newdayworldmedicine.com/en/new\\_day\\_medicine/1-87-2026](https://newdayworldmedicine.com/en/new_day_medicine/1-87-2026)

**Иқтибос учун:** Раза К.М., Ризаев Ж.А., Камалова М.И. Тиббиёт олий ўқув юртлари хорижий талабаларининг мослашув кўрсаткичлари ва уларнинг соғлиқ ҳолати билан боғлиқлиги // Фундаментал ва клиник тиббиёт ахборотномаси. – 2026. – № 2(22). – Б. 112–117. doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18520134>