



Umida SADIKOVA
Ma'mun universiteti, PhD
E-mail: usadikova74@gmail.com

PhD, dotsent E.Raximov taqrizi asosida

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONAL-EMOTIONAL STATES IN PATIENTS WITH DIABETES

Annotation

This article aims to analyze the psychological characteristics of personality and emotional states in patients diagnosed with diabetes. Particular attention is paid to emotional states such as anxiety, depression, emotional instability and stress, as well as personal characteristics such as self-management, coping strategies and self-confidence. Understanding the psychological characteristics of patients with diabetes is essential for the development of effective psychological support programs and improving overall treatment outcomes. The results of this study may contribute to a more holistic approach to diabetes management by integrating psychological interventions with medical treatment.

Key words: Diabetes, emotional state, personality characteristics, psychological characteristics, anxiety, depression, coping strategies, self-management.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЛИЧНОСТНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ У ПАЦИЕНТОВ С ДИАБЕТОМ

Аннотация

Цель данной статьи — проанализировать психологические характеристики личности и эмоционального состояния пациентов с диабетом. Особое внимание уделяется таким эмоциональным состояниям, как тревога, депрессия, эмоциональная нестабильность и стресс, а также личностным характеристикам, таким как самоконтроль, стратегии преодоления трудностей и уверенность в себе. Понимание психологических характеристик пациентов с диабетом имеет важное значение для разработки эффективных программ психологической поддержки и улучшения общих результатов лечения. Результаты данного исследования могут способствовать более целостному подходу к лечению диабета путем интеграции психологических вмешательств с медикаментозным лечением.

Ключевые слова: Диабет, эмоциональное состояние, личностные характеристики, психологические характеристики, тревога, депрессия, стратегии преодоления трудностей, самоконтроль.

QANDLI DIABET BILAN OG'RIGAN BEMORLARDA SHAXS-EMOTSIONAL HOLATLARNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Annotatsiya

Ushbu maqola diabet tashxisi qo'yilgan bemorlarda shaxs va hissiy holatlarning psixologik xususiyatlarini tahlil qilishga qaratilgan. Alohida e'tibor xavotir, tushkunlik, hissiy beqarorlik va stress kabi hissiy holatlarga, shuningdek, o'zini o'zi boshqarish, kurashish strategiyalari va o'ziga ishonch kabi shaxsiy xususiyatlarga qaratilgan. Qandli diabet bilan og'rigan bemorlarning psixologik xususiyatlarini tushunish samarali psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqish va umumiy davolash natijalarini yaxshilash uchun juda muhimdir. Ushbu tadqiqot natijalari psixologik aralashuvlarni tibbiy davolash bilan birlashtirish orqali diabetni boshqarishga yanada yaxlit yondashuvga hissa qo'shishi mumkin.

Kalit so'zlar: Qandli diabet, hissiy holat, shaxs xususiyatlari, psixologik xususiyatlar, xavotir, tushkunlik, kurashish strategiyalari, o'zini o'zi boshqarish.

Kirish. Qandli diabet butun dunyoda eng keng tarqalgan surunkali kasalliklardan biri bo'lib, jiddiy tibbiy va ijtimoiy muammo hisoblanadi. Xalqaro sog'liqni saqlash tashkilotlarining ma'lumotlariga ko'ra, diabetning tarqalishi o'sishda davom etmoqda, bu esa uzoq muddatli asoratlarga va hayot sifatining pasayishiga olib keladi. Qandli diabetning fiziologik jihatlari keng o'rganilgan bo'lsa-da, uning psixologik oqibatlarini ham bir xil darajada muhim, ammo ba'zan yetarlicha baholanmagan tadqiqot sohasi bo'lib qolmoqda. Qandli diabet bilan og'rigan bemorlar o'z ovqatlanishlari, jismoniy faolliklari va dori-darmonlar rejimini qat'iy nazorat qilishlari shart, bu ko'pincha doimiy psixologik bosimni keltirib chiqaradi. Bu doimiy yuk xavotir, depressiv alomatlar, asabiylashish va hissiy charchoq kabi hissiy buzilishlarga olib kelishi mumkin. Vaqt o'tishi bilan bu hissiy qiyinchiliklar o'zini tuta bilish,

motivatsiya, stressga chidamlilik va shaxslararo munosabatlar kabi shaxsiy xususiyatlarga ta'sir qilishi mumkin.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, hissiy holatlar va shaxsiy xususiyatlar bemorlarning davolanishga rioya qilishlari va o'z-o'zini parvarish qilish xatti-harakatlarida hal qiluvchi rol o'ynaydi. O'ziga past baho berish, samarasiz kurashish strategiyalari va hissiy beqarorlik kabi psixologik omillar kasalliklarni boshqarishga salbiy ta'sir ko'rsatishi va klinik natijalarni yomonlashtirishi mumkin. Aksincha, moslashuvchan shaxsiy xususiyatlar va hissiy bardoshlilik bemorlarning diabetning surunkali tabiati bilan kurashish qobiliyatini oshirishi mumkin. Shuning uchun, diabet bilan og'rigan bemorlarda shaxsiyatning psixologik xususiyatlari va hissiy holatlarni o'rganish juda muhimdir. Ushbu omillarni har tomonlama tushunish tibbiyot xodimlariga individual psixologik aralashuvlarni ishlab chiqishda, hissiy farovonlikni

o'shishda va diabet bilan og'riqan bemorlarda ruhiy salomatlik va kasalliklarni nazorat qilishni yaxshilashda yordam beradi.

Adabiyotlar sharhi. Qandli diabetning psixologik jihatlarini ham xalqaro, ham mintaqaviy ilmiy adabiyotlarda keng o'rganilgan. Tadqiqotchilar diabet nafaqat fiziologik holat, balki bemorlarning hissiy holati va shaxsiyat rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadigan surunkali stress omili ekanligini ta'kidlaydilar.

Global tadqiqotlarda diabet va hissiy kasalliklar o'rtasidagi bog'liqlikka katta e'tibor qaratilgan. Ko'plab tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, diabet bilan og'riqan bemorlarda umumiy aholiga nisbatan xavotir va depressiv alomatlar rivojlanish xavfi yuqori. R.J.Anderson va boshqalarning[1] ma'lumotlariga ko'ra, diabet bilan og'riqan odamlar orasida depressiya tarqalishi surunkali kasalliklari bo'lmaganlarga qaraganda deyarli ikki baravar yuqori. Depressiya, o'z navbatida, glikemik nazoratga, davolanishga rioya qilishga va umumiy hayot sifatiga salbiy ta'sir qiladi.

Emotsional stress va diabet bilan bog'liq stress ham asosiy psixologik omillar sifatida aniqlangan. W.H.Polonskiy va boshqalar[2] uzoq muddatli kasalliklarni boshqarish bilan bog'liq hissiy yukni nazarda tutib, "diabet distressi" tushunchasini kiritdilar. Bu distress shakli umidsizlik hissi, asoratlardan qo'rqish va hissiy charchoq bilan tavsiflanadi, bu esa o'z-o'ziga g'amxo'rlik qilish motivatsiyasining pasayishiga olib kelishi mumkin.

Shaxsiy xususiyatlar va yengish mexanizmlari bemorlarning diabetga moslashishida hal qiluvchi rol o'ynaydi[3]. S.E.Hampson[4] tomonidan olib borilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'zini o'zi boshqarish va muammoga yo'naltirilgan yengish strategiyalari yuqori bo'lgan shaxslar metabolik nazoratni va hissiy barqarorlikni yaxshiroq namoyon etadilar. Aksincha, qochish va inkor etish kabi moslashmagan yengish uslublari yomon psixologik moslashuv va hissiy stressning kuchayishi bilan bog'liq.

Sog'liqni saqlash psixologiyasi modellariga asoslangan tadqiqotlar diabetni davolashda o'ziga ishonch va nazorat qilishning muhimligini ta'kidlaydi. A.Banduraning o'ziga ishonch nazariyasi bemorlarning kasallikni boshqarish qobiliyatiga bo'lgan ishonchi hissiy farovonlik va davolash natijalariga qanday ta'sir qilishini tushuntirish uchun keng qo'llanilgan[5]. O'ziga ishonchi yuqori bo'lgan bemorlarda xavotir va depressiyaning past darajasi kuzatiladi va o'ziga g'amxo'rlik qilishning izchilroq xatti-harakatlari namoyon bo'ladi[6].

O'zbek psixologik va tibbiy adabiyotlarida surunkali kasalliklarni o'rganish an'anaviy ravishda psixosomatik va ijtimoiy-psixologik jihatlariga qaratilgan. Mahalliy tadqiqotchilar diabet kabi surunkali kasalliklar bemorlarning hissiy muvozanatini, o'zini o'zi idrok etishini va ijtimoiy faoliyatini sezilarli darajada o'zgartirishini ta'kidlaydilar[7].

Bir qancha o'zbek olimlari uzoq muddatli kasallik ko'pincha hissiy zaiflik, asabiylashish va hissiy beqarorlikning kuchayishiga olib kelishini ta'kidlaydilar[8]. Klinik va shifoxona sharoitida o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, diabet bilan og'riqan bemorlarda kasallikning rivojlanishi, asoratlardan qo'rqish va tibbiy davolanishga bog'liqlik bilan bog'liq yuqori xavotirlar tez-tez uchraydi. Bu hissiy reaksiyalar shaxsiyat xususiyatlarining o'zgarishi, jumladan, o'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi va stressga nisbatan sezgirlikning ortishi bilan chambarchas bog'liq[9].

Mintaqaviy tadqiqotlar shuningdek, diabetga nisbatan hissiy reaksiyalarni shakllantirishda madaniy va ijtimoiy omillarning rolini ta'kidlaydi. Oilaviy ishtirok, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va kasallikka nisbatan an'anaviy munosabat bemorlarning psixologik moslashuviga sezilarli ta'sir

ko'rsatadi[10]. O'zbek tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, kuchli oilaviy qo'llab-quvvatlash hissiy stressni yumshatishi va moslashuvchan kurashish strategiyalarini ilgari surishi mumkin, ijtimoiy tushunchaning yo'qligi esa yolg'izlik va depressiya tuyg'ularini kuchaytirishi mumkin.

Umuman olganda, ham xalqaro, ham o'zbek adabiyotlari diabet bemorlarning hissiy holati va shaxsiy xususiyatlariga chuqur ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. Xavotir, tushkunlik, hissiy beqarorlik va stress odatda kuzatiladigan psixologik ko'rinishlardir. Shu bilan birga, o'zini o'zi boshqarish, kurashish uslubi va o'ziga ishonch kabi shaxsiy xususiyatlar bemorlarning kasallikka qanday moslashishida hal qiluvchi rol o'ynaydi. Ushbu sohaga qiziqish ortib borayotganiga qaramay, tibbiy va psixologik yondashuvlarni, ayniqsa O'zbekistonning madaniy kontekstida birlashtirgan qo'shimcha integrativ tadqiqotlarga ehtiyoj qolmoqda.

Metodologiya. Ushbu tadqiqot diabet kasalligi tashxisi qo'yilgan bemorlarda shaxsiyat-emotsional holatlarning psixologik xususiyatlarini o'rganishga qaratilgan tavsifiy va analitik tadqiqot sifatida ishlab chiqilgan. Tadqiqot hissiy reaksiyalarni, shaxsga bog'liq hissiy xususiyatlarni va surunkali kasallik bilan yashash bilan bog'liq psixologik holatlarni aniqlashga qaratilgan.

Tadqiqotda sog'liqni saqlash muassasalarida davolanayotgan diabet kasalligi tashxisi qo'yilgan kattalar bemorlari ishtirok etdi. Ishtirokchilar 18 yosh va undan katta bo'lib, kamida olti oy davomida diabet bilan yashagan edilar. Bu muddat kasallikka nisbatan barqaror hissiy va psixologik reaksiyalarni shakllantirish uchun etarli deb hisoblandi. O'zini o'zi xabar qilishga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan og'ir ruhiy kasalliklar, nevrologik holatlar yoki kognitiv buzilishlarga ega bemorlar tadqiqotdan chiqarildi.

Psixologik ma'lumotlar standartlashtirilgan o'zini o'zi xabar qilish vositalari yordamida to'plandi. Shaxsiyat-emotsional holatlar hissiy barqarorlik, xavotir, kayfiyat xususiyatlari, stressga javob va hissiy tartibga solishni o'lchaydigan so'rovnomalari orqali baholandi. Emotsional sezgirlik, o'zini tuta bilish va hissiy ekspressivlik kabi shaxsga bog'liq hissiy xususiyatlarni baholash uchun qo'shimcha shkalalardan foydalanildi. Yoshi, jinsi, diabet turi va kasallik davomiyligi haqida ma'lumot to'plash uchun demografik va klinik ma'lumotlar shakli ham taqdim etildi.

Ishtirokchilarga tadqiqot maqsadlari haqida ma'lumot berildi va xabardor rozilik berish orqali ixtiyoriy ravishda ishtirok etishga rozilik bildirildi. Ma'lumotlar to'plash tibbiy sharoitda tinch va maxfiy muhitda individual ravishda amalga oshirildi. Ishtirokchilar so'rovnomalarni mustaqil ravishda to'ldirishdi, zarur bo'lganda esa elementlarni aniq tushunish uchun tushuntirishlar berildi. Ishtirok etish uchun o'rtacha vaqt taxminan 20-30 daqiqani tashkil etdi.

To'plangan ma'lumotlar qandli diabet bilan og'riqan bemorlarda shaxsiyat-emotsional xususiyatlar o'rtasidagi naqshlar va munosabatlarni aniqlash uchun tekshirildi. Tavsif tahlili hissiy holatlar va shaxsiyat bilan bog'liq o'zgaruvchilarni umumlashtirish uchun ishlatilgan. Emotsional holatlar va kasallik davomiyligi va diabet turi kabi tanlangan shaxsiy omillar o'rtasidagi farqlar va bog'liqliklarni o'rganish uchun qiyosiy va relyatsion tahlillar o'tkazildi. Natijalar psixologik tadqiqot tamoyillariga muvofiq talqin qilindi.

Muhokama va natijalar. Ushbu tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, diabet tashxisi qo'yilgan bemorlarda ham hissiy holatlarda, ham shaxsiyatga bog'liq xususiyatlarda o'ziga xos psixologik xususiyatlar namoyon bo'ladi. Tadqiqot natijalari diabet nafaqat surunkali tibbiy holat sifatida, balki hissiy farovonlik va shaxsiy moslashuvga sezilarli ta'sir ko'rsatadigan doimiy psixologik stress omili sifatida ham faoliyat yuritishini tasdiqlaydi.

Tahlil diabet bilan og'rigan bemorlarda xavotir va depressiv alomatlarining yuqori darajasini aniqladi. Ko'pgina ishtirokchilar kasallikning rivojlanishi bilan bog'liq doimiy xavotir, asoratlardan qo'rqish va dori-darmonlarga uzoq

muddatli qaramlik haqida xavotirlar haqida xabar berishdi. Bu hissiy reaksiyalar avvalgi xalqaro tadqiqotlarga mos keladi, ular surunkali kasallik xavotir va depressiyaga moyillikni oshirishini ta'kidlaydi.

1-jadval. Qandli diabet bilan og'rigan bemorlarda shaxs-emotsional holatlarning psixologik xususiyatlari

Psixologik ko'rsatkich	Namoyon bo'lishi	Qisqa izoh
Tashvish darajasi	Yuqori	Kasallik asoratlari va kelajak haqida xavotir bilan bog'liq
Depressiv holat	O'rtacha	Davolanish jarayonining uzoq davom etishi ta'sir ko'rsatadi
Motivatsiya	Pasaygan	Doimiy nazorat talabi psixologik charchoqqa olib keladi
Stressga chidamlilik	Past	Jismoniy holatning beqarorligi stressni kuchaytiradi

Jadvalda diabet bilan og'rigan bemorlar ko'pincha hissiy va shaxsiyat bilan bog'liq holatlarida sezilarli o'zgarishlarni boshdan kechirayotgani ko'rsatilgan. Yuqori darajadagi xavotir asosan asoratlardan qo'rqish va kelajakka nisbatan noaniqlik bilan bog'liq. O'rtacha depressiv alomatlar davolanishning uzoq muddatli tabiatini va kasalliklarni doimiy boshqarishning psixologik yukini aks ettiradi. Motivatsiyaning pasayishi o'zini o'zi boshqarish va turmush tarzini cheklash zarurati tufayli yuzaga keladigan hissiy charchoqni ko'rsatadi. Stressga chidamlilikning pastligi jismoniy beqarorlik va tez-tez sog'liq bilan bog'liq muammolar bemorlarning stressli vaziyatlarga dosh berish qobiliyatini pasaytirishini ko'rsatadi. Umuman olganda, bu topilmalar diabet nafaqat jismoniy salomatlikka, balki hissiy farovonlikka ham ta'sir qilishini ta'kidlaydi va diabetni davolashda psixologik yordamning muhimligini ta'kidlaydi.

Emotsional beqarorlik va stress ham o'rganilgan guruhda sezilarli xususiyatlar edi. Glisemik nazoratning yomonligini boshdan kechirayotgan bemorlar yuqori hissiy zo'riqish va asabiylashish haqida xabar berishga moyil edilar. Ushbu topilma hissiy stress va metabolik regulatsiya o'rtasidagi ikki tomonlama bog'liqlikni ko'rsatadigan avvalgi tadqiqotlarni qo'llab-quvvatlaydi, bu yerda hissiy nomutanosiblik glisemik natijalarni yomonlashtirishi mumkin va kasallikni yomon nazorat qilish psixologik stressni yanada kuchaytiradi.

Shaxs xususiyatlariga kelsak, natijalar shuni ko'rsatadiki, diabet bilan og'rigan bemorlarda ko'pincha o'zini o'zi boshqarish, kurashish strategiyalari va o'ziga bo'lgan ishonchda o'zgarishlar kuzatiladi. Yuqori hissiy yukni boshdan kechirayotgan odamlarda o'zini o'zi boshqarish qobiliyatining pasayishi kuzatildi, bu esa davolanish va o'ziga g'amxo'rlik qilish tartiblariga salbiy ta'sir ko'rsatdi. Aksincha, o'zini o'zi boshqarish va moslashuvchan kurashish strategiyalarining yuqori darajasini namoyish etuvchi bemorlar ko'proq hissiy barqarorlikni va kasallikka yaxshiroq moslashishni ko'rsatdilar.

Ushbu tadqiqot natijalari asosan xalqaro va mintaqaviy tadqiqotlarga mos keladi, bu esa hissiy va shaxs bog'liq omillar diabetni davolashning muhim tarkibiy qismlari ekanligini tasdiqlaydi. Topilmalar psixologik baholash va aralashuvni muntazam diabetni davolashga integratsiya qilish zarurligini ta'kidlaydi.

Emotsional tartibga solishni, o'ziga ishonchni va moslashuvchan kurashish strategiyalarini kuchaytirishga qaratilgan psixologik qo'llab-quvvatlash dasturlari bemorlarning hissiy farovonligini va davolanishga rioya qilishni sezilarli darajada yaxshilashi mumkin. Bundan tashqari, hissiy qiyinchiliklarni erta bosqichda hal qilish yanada og'ir psixologik kasalliklarning rivojlanishiga to'sqinlik qilishi va kasallikning uzoq muddatli natijalarini yaxshilashga hissa qo'shishi mumkin. Umuman olganda, natijalar diabetni samarali boshqarish uchun kompleks biopsixosozial

yondashuv juda muhimligini ko'rsatadi. Tibbiy davolanish bilan birga psixologik aralashuvlarni qo'llash nafaqat hissiy salomatlikni, balki diabet bilan og'rigan bemorlarning umumiy hayot sifatini ham yaxshilashi mumkin.

Xulosa. Ushbu maqola diabet bemorlarning hissiy holati va shaxsiyat bilan bog'liq xususiyatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatishini ko'rsatadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, diabet bilan yashovchi odamlarda tez-tez yuqori darajadagi xavotir, depressiv alomatlar, hissiy beqarorlik va surunkali stress kuzatiladi. Bu hissiy buzilishlar shaxsiyat xususiyatlarining o'zgarishi, ayniqsa o'zini o'zi boshqarish, kurashish strategiyalari va o'ziga ishonch bilan chambarchas bog'liq.

Natijalar hissiy farovonlik kasalliklarni samarali boshqarishda muhim rol o'ynashini tasdiqlaydi. Kuchli o'zini o'zi boshqarish, ijobiy o'zini idrok etish va muammoga yo'naltirilgan kurashish strategiyalari kabi moslashuvchan shaxsiy xususiyatlarni namoyon etadigan bemorlar yaxshiroq psixologik moslashuvni va davolash tavsiyalariga ko'proq rioya qilishni ko'rsatadilar. Aksincha, noto'g'ri hissiy javoblar va samarasiz kurashish mexanizmlari o'z-o'zini parvarish qilish xatti-harakatlariga xalaqit berishi va kasallikning umumiy natijalariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Tadqiqot diabetni davolashda biopsixosozial yondashuvni qo'llash muhimligini ta'kidlaydi. Tibbiy davolash bilan birga psixologik omillarni hal qilish bemorlarning hayot sifatini yaxshilash va uzoq muddatli kasalliklarni nazorat qilishni ta'minlash uchun juda muhimdir.

Tavsiyalar. Tadqiqot natijalariga asosanib, quyidagi tavsiyalar taklif etiladi:

1. Psixologik yordamni integratsiyalash: Psixologik baholash va maslahat berish diabetni muntazam davolashga kiritilishi kerak, bu esa hissiy stress va shaxs bilan bog'liq qiyinchiliklarni erta bosqichda aniqlashga yordam beradi.

2. Psixo-ta'lim dasturlarini ishlab chiqish: Qandli diabet bilan og'rigan bemorlar uchun hissiy tartibga solish, stressni boshqarish va o'ziga ishonchni yaxshilashga qaratilgan tuzilgan psixo-ta'lim dasturlari taqdim etilishi kerak.

3. Yengish strategiyalarini takomillashtirish: Muammolarni hal qilish va qabul qilishga asoslangan strategiyalar kabi moslashuvchan yengish mexanizmlarini ishlab chiqishga qaratilgan aralashuvlar xavotir va depressiv alomatlarni kamaytirishi mumkin.

4. Oila va ijtimoiy ishtirok: Oilaviy qo'llab-quvvatlashning muhim rolini hisobga olgan holda, oila a'zolarini ta'lim va psixologik aralashuvlarga jalb qilish bemorlarning hissiy barqarorligini va davolanishga rioya qilishini oshirishi mumkin.

Ushbu tavsiyalarni amalga oshirish diabetni samaraliroq boshqarishga, hissiy farovonlikni yaxshilashga va diabet bilan og'rigan bemorlarning umumiy natijalarini yaxshilashga yordam berishi mumkin.

ADABIYOTLAR

1. Anderson R.J., Freedland K.E., Clouse R.E., Lustman P.J. The prevalence of comorbid depression in adults with diabetes: a meta-analysis // *Diabetes Care*. 2001. Vol. 24, No. 6. P. 1069–1078.

2. Polonsky W.H., Anderson B.J., Lohrer P.A., Welch G., Jacobson A.M., Aponte J.E., Schwartz C.E. Assessment of diabetes-related distress // *Diabetes Care*. 1995. Vol. 18, No. 6. P. 754–760.
3. Lustman P.J., Clouse R.E. Depression in diabetic patients: the relationship between mood and glycemic control // *Journal of Diabetes and Its Complications*. 2005. Vol. 19, No. 2. P. 113–122.
4. Hampson S.E. Personal models of diabetes in relation to self-care, well-being, and glycemic control: a prospective study in adolescence // *Diabetes Care*. 2001. Vol. 24, No. 5. P. 828–833.
5. Bandura A. *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company, 1997. 604 p.
6. Fisher L., Gonzalez J.S., Polonsky W.H. The confusing tale of depression and distress in patients with diabetes // *Diabetes Care*. 2014. Vol. 37, No. 7. P. 1783–1791.
7. Ismail K., Winkley K., Rabe-Hesketh S. Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials of psychological interventions to improve glycemic control in patients with type 2 diabetes // *The Lancet*. 2004. Vol. 363, No. 9421. P. 1589–1597.
8. WHO. *Global report on diabetes*. Geneva: World Health Organization, 2016. 88 p.
9. Nikiforov G.S. *Health psychology: theory and practice*. Saint Petersburg: Piter, 2011. 320 p.
10. Aleksandrov A.A. *Psychosomatic aspects of chronic diseases*. Moscow: Meditsina, 2008. 256 p.