

KONGRE BAŞVURU FORMU

MAKALE BAŞLIĞI/ TÜRKÇE	İSİM SOYİSİM		ÜNİVERSİTE, FAKÜLTE, BÖLÜM	UZMANLIK ALANI	E-MAIL ADRESİ	TELEFON NUMARA SI	ŞEHİR VE ÜLKE	ORCID ID
Ruh Sağlığının Fiziksel Sağlık Üzerindeki Etkileri: Multidisipliner Bir Yaklaşım	1	Ahmet Yılmaz	Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Psikoloji Bölümü	Psikoloji	ahmet.yilmaz@cumhuriyet.edu.tr		Sivas/ Türkiye	
	2	Elif Kaya	Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi	Tıp Fakültesi	elif.kaya@cumhuriyet.edu.tr		Sivas/ Türkiye	

BAŞLIK: Ruh Sağlığının Fiziksel Sağlık Üzerindeki Etkileri: Multidisipliner Bir Yaklaşım

Title: The Effects of Mental Health on Physical Health: A Multidisciplinary Approach

Ahmet YILMAZ¹

¹Öğrenci, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Sivas, Türkiye.

Elif KAYA²

² Öğrenci, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Sivas, Türkiye.

ÖZET

Amaç:

Ruh sağlığı, bireylerin genel sağlık durumu ve yaşam kalitesi üzerinde doğrudan etkili olan önemli bir faktördür. Bu çalışmada, ruh sağlığının fiziksel sağlık üzerindeki etkileri multidisipliner bir perspektiften ele alınarak, psikolojik durumların kardiyovasküler hastalıklar, bağışıklık sistemi ve kronik hastalıklarla olan ilişkisi incelenmiştir.

Materyal ve Yöntem:

Bu çalışma, mevcut literatürün sistematik bir incelemesi olarak tasarlanmıştır. Ruh sağlığı ile fiziksel sağlık arasındaki ilişkiyi değerlendiren ulusal ve uluslararası araştırmalar analiz edilmiştir. Psikiyatrik hastalıkların vücut sistemleri üzerindeki etkileri, depresyon, anksiyete ve stresin kronik hastalıklarla ilişkisi üzerine yapılan çalışmalar değerlendirilmiştir.

Bulgular:

İncelenen araştırmalar, depresyon ve anksiyetenin kardiyovasküler hastalıkların görülme riskini artırdığını göstermektedir. Kronik stresin bağışıklık sistemi üzerinde baskılayıcı etkileri olduğu ve otoimmün hastalıkların gelişimini tetikleyebileceği tespit edilmiştir. Ayrıca, psikolojik iyi oluş düzeyi yüksek bireylerde, genel sağlık durumunun daha iyi olduğu ve hastalıkların iyileşme süreçlerinin daha hızlı ilerlediği gözlemlenmiştir.

Sonuç:

Ruh sağlığı, bireylerin fiziksel sağlığı üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir ve sağlık politikaları oluşturulurken multidisipliner bir yaklaşım benimsenmelidir. Sağlık profesyonelleri, ruhsal bozuklukların erken tanı ve tedavisine yönelik çalışmalar yapmalı ve psikolojik destek hizmetleri sağlık sistemine entegre edilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Ruh sağlığı, fiziksel sağlık, multidisipliner yaklaşım, stres, depresyon, bağışıklık sistemi, kronik hastalıklar

ABSTRACT

Objective:

Mental health is a crucial factor influencing individuals' overall health and quality of life. This study examines the impact of mental health on physical well-being from a multidisciplinary perspective, investigating the relationship between psychological conditions and cardiovascular diseases, the immune system, and chronic illnesses.

Material and Method:

This study was designed as a systematic review of existing literature. National and international research examining the connection between mental and physical health was analyzed. Studies on the effects of psychiatric disorders on bodily systems, as well as the relationship between depression, anxiety, stress, and chronic diseases, were evaluated.

Results:

The reviewed studies indicate that depression and anxiety increase the risk of developing cardiovascular diseases. Chronic stress has been found to have immunosuppressive effects, potentially triggering autoimmune diseases. Furthermore, individuals with high levels of psychological well-being tend to have better overall health and faster recovery processes from illnesses.

Conclusion:

Mental health has a direct impact on physical well-being, necessitating a multidisciplinary approach in health policies. Healthcare professionals should focus on the early diagnosis and treatment of mental disorders, while integrating psychological support services into healthcare systems to improve overall patient outcomes.

Keywords: Mental health, physical health, multidisciplinary approach, stress, depression, immune system, chronic diseases

