

COVID-19 PANDEMİSİNDE ANKSİYETE VE BAŞETME SÜRECİ

13. BÖLÜM

Havva GEZGİN YAZICI¹

Giriş

COVID-19 pandemisi, bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığını tehdit ederek, yaşamları geri dönüşü olmayan sonuçlarla değiştirmiştir. Virüsün ortaya çıkış nedeninin bilinmemesi, pandeminin uzun süredir devam etmesi ve dünyadaki tüm bireylerin risk altında olması pandemiyi evrensel bir travmaya dönüştürmüştür. Aynı zamanda tüm dünyadaki sağlık sistemlerine olağanüstü talepler getirmiştir (Wang & ark., 2020) ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından uluslararası bir toplum sağlığı sorunu olarak ilan edilmiştir (Zhou & ark., 2020, Cao & ark., 2020). COVID-19 hiç semptomun görülmediği şekilde ya da, basit bir üst solunum yolu enfeksiyonu gibi hafif şekilde geçebilmektedir. Hastalığı düşük şiddetli geçiren kişiler genellikle iki hafta içerisinde iyileşebilirken, hastalığı şiddetli geçiren kişilerde bu süre dört haftaya çıkabilmektedir. COVID-19 nedeniyle yaşamını yitiren kişilerde ise semptomların başlamasından ölüm sürecine kadar geçen sürenin iki ile sekiz hafta arasında olduğu belirtilmiştir (Rothan & Byrareddy, 2020).

Hastalığın etkilediği yaş grupları ele alındığında, COVID-19'un yeni doğanlardan yaşlı bireylere kadar toplumun bütün kesimlerini etkilediği bilinmektedir. Ancak, çocukların yetişkinlere göre COVID-19'u daha hafif semptomlarla ve düşük şiddetle geçirdikleri görülmektedir (Xia & ark., 2020). Elli yaşın altında

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD.. havva.gezginyazici@ksbu.edu.tr Orcid ID: 0000-0001-8422-9686

simlerinde anksiyeteye neden olmaktadır. Pandeminin insan sağlığını olumsuz etkilemesi ve ölümlerle sonuçlanması, sosyal izolasyon ve karantina uygulamaları anksiyete düzeyini artırmıştır.

Anksiyete ile başetmede çocuklar, öğrenciler, yaşlılar, sağlık çalışanları gibi risk grubundaki bireylerin belirlenmesi ve desteklenmesi önemlidir. COVID-19 pandemisi sürecinde bireylerin psikolojik desteğe duyduğu ihtiyaç göz önünde bulundurularak ruh sağlığı desteğine erişimlerinin kolaylaştırılması faydalı olacaktır.

Kaynaklar

- Altın Z. (2020) Covid-19 Pandemisinde Yaşlılar. *Tepecik Eğit. ve Araşt. Hast. Dergisi*;30(Ek sayı):49-57 doi:10.5222/terh.2020.93723.
- Asmundson GJ, Taylor S. (2020) Coronaphobia: fear and the 2019-nCoV outbreak. *J Anxiety Disord*; 70:102-96.
- Bao, Y. P., Sun, Y. K., Meng, S. Q., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: Address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395(10224), e37–38–e38. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30309-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30309-3).
- Barbisch, D., Koenig, K. L., & Shih, F. Y. (2015). Is there a case for quarantine? Perspectives from SARS to Ebola. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 9(5), 547–553. <https://doi.org/10.1017/dmp.2015.38>.
- Baud D, Qi X, Nielsen-Saines K, Musso D, Pomar L, Favre G. (2020) Real estimates of mortality following COVID-19 infection. *The Lancet Infectious Diseases*. VOLUME 20, ISSUE 7, P773, JULY 01, . DOI:[https://doi.org/10.1016/S1473-3099\(20\)30195-X](https://doi.org/10.1016/S1473-3099(20)30195-X).
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. (2020) The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*.14;395(10227):912–20.
- Cao W, Fang Z, Hou G, Han M, Xu X, Dong J, Zheng L. (2020) The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research* 287;112934. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934. Epub 2020 Mar 20.
- Chen N, Zhou M, Dong X, Qu J, Gong F, Han Y, et al.(2020) Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *Lancet*; 395(10223):507–13.
- Chen Q, Liang M, Li Y, Guo J, Fei D, Wang L, et al. (2020) Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry*;7(4):e15–e6.
- Cheng, C. & Cheung, M. W. (2005). Psychological responses to outbreak of severe acute respiratory syndrome: A prospective, multiple time-point study. *Journal of Personality*, 73 (1), 261–285.
- Çaykuş, E. T., ve Çaykuş, T. M., (2020). Covid-19 Pandemi Sürecinde Çocukların Psikolojik Dayanıklılığını Güçlendirme Yolları: Ailelere, Öğretmenlere ve Ruh Sağlığı Uzmanlarına Öneriler, *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 95-113.
- Duan L, Zhu G. (2020) Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*;7(4):300-302.

- Ettxebarria N.O, Santamaria M.D, Gorrochategui M.P, Mondragon N.I. (2020) Stress, anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern Spain. *On-line version* ISSN 1678-4464 <https://doi.org/10.1590/0102-311X0005402>.
- Fardin, M.A. (2020).Covid-19 and anxiety: A review of psychological impacts of infectious disease outbreaks. *Arch Clin Infect Dis*, In Press:e102779.doi: 10.5812/archcid.102779.
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., ... ve Ford, T., (2020). Multidisciplinary Research Priorities for the Covid-19 Pandemic: A Call for Action for Mental Health Science, *The Lancet Psychiatry*, 7, 547-560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1).
- Holshue ML, DeBolt C, Lindquist S, Lofy KH, Wiesman J, Bruce H, et al. (2020) First case of 2019 novel coronavirus in the United States. *N Engl J Med*.382:929–36.
- Lima, C. K. T., de Medeiros Carvalho, P. M., Lima, I. D. A. S., de Oliveira Nunes, J. V. A., Saraiva, J. S., de Souza, R. I., .ve Neto, M. L. R. (2020). The Emotional Impact of Coronavirus 2019-nCoV (New Coronavirus Disease)”, *Psychiatry Research*, 287, 112915. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112915>.
- Mason F, Farley A, Pallan M, et al. (2018) Effectiveness of a brief behavioural intervention to prevent weight gain over the Christmas holiday period: randomised controlled trial. *BMJ*; 363: k4867.
- Maunder et al (2006) Long-term Psychological and Occupational Effects of Providing Hospital Healthcare during SARS Outbreak, *Emerging Infectious Diseases* Vol. 12, No. 12.1924–1932.
- Naeem, F.,Irfan, M. ve Javed, A. (2020). Copingwith COVID-19: urgent need for building resilience through cognitive behaviour therapy. *Khyber MedUniv Journal*; 12(1):1-3. DOI: 10.35845/ kmuj.2020.20194.
- Polizzi et al (2020) Stress and Coping in the Time of COVID-19; *Clinical Neuropsychiatry*.17, 2, 59-62.
- Rajkumar, R. P., (2020). COVID-19 and Mental Health: A Review of the Existing Literature, *Asian Journal of Psychiatry*, 52, 102066, <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>.
- Ren, S.-Y. , Gao, R.-D. & Chen, Y.-L. (2020). Fear can be more harmful than the severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 in controlling the corona virus disease 2019 epidemic. *World Journal of Clinical Cases*, 8 (4), 652–657.
- Rothan HA, Byrareddy SN. (2020) The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *Journal of Autoimmunity*.102433. doi: 10.1016/j.jaut.2020.102433.
- Rubin GJ, Wessely S. (2020) The psychological effects of quarantining a city. *BMJ*;368:m313. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>.
- Segel-Karpas, D., Ayalon, L., & Lachman, M. E. (2018). Loneliness and depressive symptoms: The moderating role of the transition into retirement. *Aging & Mental Health*, 22, 135–140. <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1226770>.
- Shankar, A. (2020). Loneliness and sleep in older adults. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55, 269–272. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01805-8>.
- Şahin M. (2019) Korku, Kaygı ve Kaygı (anksiyete) Bozuklukları, *ASEAD .CİLT 6 SAYI 10*, S. 117-135, ISSN:2148-9963.

- Tang F, Liang J, Zhang H, Kelifa M.M, He Q, Wang P. (2020) COVID-19 related depression and anxiety among quarantined respondents, *Psychology & Health*, DOI: 10.1080/08870446.2020.1782410.
- Tian, F., Li, H., Tian, S., Yang, J., Shao, J., ve Tian, C., (2020). Psychological Symptoms of Ordinary Chinese Citizens Based on SCL-90 During the Level I Emergency Response to COVID-19, *Psychiatry Research*, 288, 112992. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112992>.
- Türk Tabipler Birliği. 2020. https://www.ttb.org.tr/kollar/COVID19/arsiv_haber.php. (Erişim:28.10.2020:13.50).
- Ullah R., Amin S. (2020). The psychological impact of COVID-19 on medical students. *Psychiatry Research*, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113020>
- Walton M., Murray E., Christian M.D. (2020) Mental health care for medical staff and affiliated healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *European Heart Journal: Acute Cardiovascular Care*, Vol. 9(3) 241–247.
- Wang C, Horby PW, Hayden FG, Gao GF. (2020) A novel coronavirus outbreak of global health concern. *Lancet* ;395(10223):470–3.
- Wang S., Xie L., Xu Y., Yu S., Yao B., Xiang D. (2020) Sleep disturbances among medical workers during the outbreak of COVID-2019, *Occupational Medicine* doi:10.1093/occmed/kqaa074, p=2-6.
- Wang, W. , Tang, T. & Wei, F. (2020). Updated understanding of the outbreak of 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) in Wuhan, China. *Journal of Medical Virology*, 92 (4), 441–447.
- WHO. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> (accessed Feb 29, 2020).
- Xia W, Shao J, Guo Y, Peng X, Li Z, Hu D. (2020) Clinical and CT features in pediatric patients with COVID-19 infection: Different points from adults. *Pediatric Pulmonology*. <https://doi.org/10.1002/ppul.24718>.
- Xiang Y-T, Yang Y, Li W, Zhang L, Zhang Q, Cheung T, et al.(2020) Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*;7(3):228–9.
- Yaşlı Nüfusun Demografik Değişimi (2020). T.C Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı.<https://www.ailevecalisma.gov.tr/media/45354/yasli-nufus-demografik-degisimi-2020.pdf>.(Erişim:28.10.2020,12:50).
- Zhou SJ, Zhang LG, Wang LL, Guo ZC, Wang JQ, Chen JC, Liu M, Chen JX. (2020) Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *European Child & Adolescent Psychiatry*;29:749–758.
- 1- WHO. Coronavirus disease (COVID-19) advice
 - 2- for the public. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public> (accessed Feb 29, 2020).
 - 3-
 - 4-