

BÖLÜM 17

AFETLERDE RUH SAĞLIĞI

Selda POLAT¹

“Felaket başa gelmeden önce onu önleme ve ondan korunma çarelerini düşünmek gerekir”.

Mustafa Kemal ATATÜRK

GİRİŞ

Afetler insanlık tarihi kadar eski olup, doğal ya da insan eliyle ortaya çıkabilmektedir. İnsanlığın var olduğu günden beri toplumların yaşamını etkileyen afetler çok sayıda ölüm, yaralanma ve çevre zararına yol açmaktadır. Afetlerin ekonomik, sosyal ve psikolojik etkileri hem bireyi hem de toplumu etkilemektedir. Sağlık hizmetleri afetin fiziksel ve psikolojik etkileri nedeniyle en iyi şekilde sürdürülmesi gereken hizmetlerden biridir ve hemşireler bu ekibin içinde yer almaktadır. Afet durumunda hemşireler doğrudan yaşamın ve sağlığın sürdürülmesi ile ilgili uygulamalarda yer almakla birlikte ruhsal tepkilere de yanıt vermelidir. Ayrıca kriz durumlarında ve travmatik olaylara maruz kalmış bireylerde görülebilecek ruhsal sorunları da yönetmesi gerekmektedir. Hemşirelerin afet durumlarında etkin rol aldığı ve bireylerin sakin kalmalarına yardımcı olabildikleri Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) raporlarında vurgulanmaktadır.

AFET

Bireyler yaşamları boyunca birçok travmatik olay ile karşılaşmakta olup, afet bunlardan en yaygın olanlarından biridir. Afetler insanlık tarihi kadar eskidir. Dünyada son yıllarda deprem, kasırga, sel baskını, nükleer ve kimyasal kazalar,

¹ Dr. Öğr.Üyesi, Bahçeşehir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, selda.polat@bau.edu.tr

de hastalarını dışarı çıkarmıştı. Bahçede hastalarımı saydım. Bir hastam eksikti. Konfze olan X isimli hastamın eksik olduğunu fark edince binaya geri girdim ve hastamı dışarı çıkarmaya çalıştım. Hasta dışarı çıkmak istemedi. Onu ikna etmeye çalıştım ve dışarı birlikte çıktık.

O sırada unutamadığım bir an oldu. Babam, İstanbul'dan bana ulaşmıştı ve beni hastaneden aradı. Ona da iyi olduğumu söyledim. Birbirimizin sesini duymak ikimizi rahatlatmıştı.

Hastalar ile o gecemizi dışarıda geçirdik. Hastalar da bu süreçte çok uyumluydu. Sürekli iletişim halindeydik. Duygularını ifade ediyorlardı ve ben onları sakinleştirmeye çalışıyordum. Ayrıca başka bir depremden enkazdan çıkarılmış ve deprem ile ilgili travmatik bir olay yaşamış bir hemşire arkadaşımız da başka bir serviste nbetiydi. O da yanımıza gelmişti. Onun için de çok zor geçmişti.

Bu süreçte kriz anında yapabileceklerimi düşünmek ve eyleme geçirmek beni rahatlattı. Çok endişelenmedim. Hızlı hareket etmemiz ve alt katta nöbet tutan diğer hemşire arkadaşın da krizi iyi yönetmesi iyi hissetmemi sağlamıştı. Birbirimizden g almıştık. Babamın bu süreçte araması, onun sesini duymak da bana iyi gelmişti ve rahatlamıştım.

Psikiyatri kliniklerinde ya da diğer kliniklerde hemşire olarak görev yaparken beklenmedik olaylar gelişebiliyor. Bu durumda kendi duygularımızı kontrol altına almak önemli olup, yaşanılan durumu nasıl zebileceğimizi sakin kalarak organize etmemiz gerekmektedir. Bu durumu sakince zmeye çalışmak benim için önemliydi ama babamın sesini duymak da bana güven vermişti.

KAYNAKLAR

1. Akpınar NB, Ceran M. Afetlerle ilgili güncel yaklaşımlar ve afet hemşiresinin rol ve sorumlulukları. Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi. 2020;1(1):28-40.
2. Kukuoğlu A. Doğal afetler sonrası yaşanan travmalar ve örnek bir psikoeğitim programı. Afet ve Risk Dergisi. 2018;1(1):39-52.
3. Math SB, Nirmala MC, Moirangthem S, Kumar NC. Disaster management: Mental health perspective. Indian journal of psychological medicine. 2015;37(3):261-71.
4. Yorulmaz DS, Karadeniz H. Afetlerin mental sağlığa etkileri. Doğal Afetler ve evre Dergisi. 2021;7(2):392-8.
5. Altun F. Afetlerin ekonomik ve sosyal etkileri: Türkiye rneği üzerinden bir değerlendirme. Sosyal alışma Dergisi. 2018;2(1):1-15.

6. Karancı N, İkizler G. Afet psikolojisi: Tarihçe, temel ilkeler ve uygulamalar. Türkiye Klinikleri Psikoloji-Özel Konular. 2017;2(3):163-71.
7. Kılınç G. Toplumsal travmatik olaylar ve aile ruh sağlığı. Türkiye Klinikleri J Psychiatr Nurs-Special Topics. 2017;3(2):182-8.
8. Oflaz F. Felaketlerin psikolojik etkileri ve hemşirelik uygulaması. CÜ Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. 2008;12(3):70-6.
9. Işık E, Aker A. Ruhsal travma kavramı ve travma sonrası stres bozukluğunda tedavi yaklaşımları. Afetler, Krizler, Travmalar ve Psikolojik Yardım içinde. 2013:205-21.
10. Aker AT. Temel sağlık hizmetlerinde ruhsal travmaya yaklaşım. Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği Ruhsal Travma ve Afet Psikiyatrisi Çalışma Birimi Yayını. 2012.
11. Birliği AP. Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM 5) (Çev. ed: E. Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği. Ankara; 2014.
12. Kaya N. Sağlık çalışanlarında ruhsal travma belirtilerinin incelenmesi (Van Depremi örneği). Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2015.
13. Makwana N. Disaster and its impact on mental health: A narrative review. Journal of family medicine and primary care. 2019;8(10):3090.
14. Aslam N, Tariq N. Trauma, depression, anxiety, and stress among individuals living in earthquake affected and unaffected areas. Pakistan Journal of Psychological Research. 2010:131-48.
15. Işıklı S, Keser E. Travma Sonrası Stres Bozukluğunda Duygular ve Duygu Düzenleme. Vatan S, editör) Duygu Düzenleme. 1:55-63.
16. Li S-M, Li X-R, Yang D, Xu N-W. Research progress in disaster nursing competency framework of nurses in China. Chinese Nursing Research. 2016;3(4):154-7.
17. Büyükbayram A, Çam O, Turgut EÖ. Travma sonrasında ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği yaklaşımı. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi. 2016;19(3).
18. Özyer Y, Dinçer S. Afetlerde hemşirelerin psikolojik ilk yardım rolleri. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi. 2020(7):198-206.
19. Oflaz F, Özcan CT, Taştan S, Çiçek H, Aslan Ö, Vural H. Hemşirelerin travma sonrası stres bozukluğu belirtilerini tanıma durumları. Psikiyatri Hemşireliği Dergisi. 2010;1(1):1-6.