

# BÖLÜM 45

## COVID-19 PANDEMİSİNİN TOPLUM RUH SAĞLIĞI ÜZERİNE ETKİLERİ

Esmâ AKPINAR ASLAN<sup>1</sup>

### GİRİŞ:

Pandemi, Eski Yunan dilinde “tüm” anlamına gelen “pan” ve “halk, insanlar” anlamına gelen “demos” sözcüklerinden oluşan ve “tüm insanları etkileyen” anlamına gelen bir kavramdır. Pandemi, birçok ülkede büyük popülasyonları etkileyen ve dünyaya yayılabilen büyük ölçekli salgınlardır (1). Bir hastalığın pandemi sayılabilmesi için; daha önce maruz kalınmayan bir organizma olması, hastalık etmeninin insandan insana kolayca bulaşıyor olması ve tehlikeli bir hastalığa yol açıyor olması gerekir (2). İnsanlık tarihinde veba, İspanyol gribi, Rusya gribi, HIV/AIDS, Zika virüs vb. gibi birçok endemi ve pandemi yaşanmıştır. Günümüzde dünya; ilk olarak Aralık 2019’da Çin’in Wuhan şehrinde bildirilen, 11 Mart 2020 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından pandemi ilan edilen yeni koronavirüs hastalığı 2019 (COVID-19) pandemisinin etkisi altındadır. Ülkemizde de ilk COVID-19 vakası 11 Mart 2020’de bildirilmiştir.

Pandemi süreçleri, özellikle de ilk başladığı dönemde; enfekte olma ihtimali, enfekte olunur-

sa hastalık sürecinin ciddiyeti, en iyi korunma ya da üstesinden gelme stratejileri, ne zaman sona ereceği gibi konularda ciddi belirsizlikleri de beraberinde getirir.

Pandemi sürecinde; kendimize ve sevdiğimizimize yönelik sağlık tehditleri, günlük hayat rutinlerinde ciddi bozulmalar, aileden ve arkadaşlardan ayrılma, gelir kaybı, yurt ve dünya genelinde ekonomik etkiler, sağlık hizmetlerinde aksamlar, karantina ve sosyal izolasyon önlemlerinin uygulanması karşılaşılabilecek psikososyal stres faktörleridir. Bu tarz yaygın ve birçok açıdan etkilenmeler; pandemi süreçlerinin farklı boyutlarını toplumun ruh sağlığı üzerindeki etkilerini ele almayı gerektirir (2).

### PANDEMİYE KARŞI GELİŞTİRİLEN PSİKOLOJİK REAKSİYONLAR

Pandemi süreçlerinde geliştirilen psikolojik tepkileri birçok yaklaşımla ele almak mümkündür. Bu süreci; tüm günlük rutinlerin değiştiği, planların belirsiz bir zamana ertelendiği, yaşamı-

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi Esmâ Akpınar Aslan, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri ABD, esmaakpinaraslan@gmail.com



## KAYNAKLAR

- World Health Organization (WHO) (2017). What is a pandemic? (09.06.2020 tarihinde [http://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently\\_asked\\_questions/pandemic/en/](http://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/en/) adresinden ulaşılmıştır).
- Taylor S (2019). *The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease*. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.
- Brier N. Grief following miscarriage: a comprehensive review of the literature. *J Womens Health (Larchmt)* 2008;17(3):451-64.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. Macmillan, New York.
- Taha S, Matheson K, Cronin T, et al. Intolerance of uncertainty, appraisals, coping, and anxiety: The case of the 2009 H1N1 pandemic. *British Journal of Health Psychology*, 2014; 19, 592-605. doi:10.1111/bjhp.12058.
- Taylor SE, Brown JD. Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 1988, 103(2), 193-210. doi: 10.1037/0033-2909.103.2.193.
- Kim HK, Niederdeppe J. Exploring optimistic bias and the integrative model of behavioral prediction in the context of a campus influenza outbreak. *Journal of Health Communication*, 2013, 18, 206-222. doi:10.1080/10810730.2012.688247.
- Abramowitz JS, Olatunji BO, Deacon BJ. Health anxiety, hypochondriasis, and the anxiety disorders. *Behav Ther* 2007, 38, 86-94.
- Goodwin R, Gaines SO, Myers L, et al. Initial psychological reactions to swine flu. *International Journal of Behavioral Medicine*, 2009, 18, 88-92.
- Hedman E, Lekander M, Karshikoff B, et al. Health anxiety in a disease-avoidance framework: Investigation of anxiety, disgust and disease perception in response to sickness cues. *Journal of Abnormal Psychology*, 2016, 125, 868-878.
- Wheaton MG, Abramowitz JS, Berman NC, et al. Psychological predictors of anxiety in response to the H1N1 (swine flu) pandemic. *Cognitive Therapy and Research*, 2012, 36, 210-218. doi:10.1007/s10608-011-9353-3.
- Brooks SK, Webster RK, Smith LE, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 2020, 3, 912-20. doi:10.1016/S0140-6736(20)30460-8.
- Huramovic, D. (2019). *Psychiatry of Pandemics, A Mental Health Response to Infection Outbreak*. Springer.
- Türk Psikiyatri Derneği (TPD) (2020). *Karantinanın ruhsal etkileri ve koruyucu önlemler*. (10.06.2020 tarihinde <https://www.psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/KarantinaCOVID.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
- Türk Psikiyatri Derneği (TPD) (2020). *COVID-19 tedavisinde önleyici, koruyucu ve tedavi edici psikiyatrik hizmetler*. (09.06.2020 tarihinde [https://www.psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/COVID19\\_Pandemi\\_PsikiyatrikTedavilerTPDRACB-05052020.pdf](https://www.psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/COVID19_Pandemi_PsikiyatrikTedavilerTPDRACB-05052020.pdf) adresinden ulaşılmıştır).
- Lei L, Huang X, Zhang S, et al. Comparison of Prevalence and Associated Factors of Anxiety and Depression Among People Affected by versus People Unaffected by Quarantine During the COVID-19 Epidemic in Southwestern China. *Med Sci Monit*, 2020, 26, e924609.
- Finkelstein S, Prakash S, Nigmatulina K, et al. Pandemic influenza: Non-pharmaceutical interventions and behavioral changes that may save lives. *International Journal of Health Management and Information*, 2010, 1, 1-18.
- Direk Tecirli N, Ucuş G, Özel F. Isolation, Quarantine, Social Distancing and Mental Health. *The Bulletin of Legal Medicine*, 2020, 25 Special Issue, 32-38.
- Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, et al. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*. 2020. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/0020764020915212>.
- Qiu J, Shen B, Zhao M, et al. A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *Gen Psychiatr*, 2020, 33(2):e100213. doi: 10.1136/gpsych-2020-100213.
- Wang, C, Pan R, Wan X, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2020, 17 (5), E1729.
- Xiao H, Zhang Y, Kong D, et al. Social capital and sleep quality in individuals who self-isolated for 14 days during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in January 2020 in China. *Med. Sci. Monit.* 2020, 26, e923921.
- Özdin S, Bayrak Özdin Ş. Levels and Predictors of Anxiety, Depression and Health Anxiety During COVID-19 Pandemic in Turkish Society: The Importance of Gender. *Int J Soc Psychiatry*. 2020 8;20764020927051. doi: 10.1177/0020764020927051. Online ahead of print.
- Liu N, Zhang F, Wei C, et al. Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry Research*, 2020, 287, 112921. doi:10.1016/j.psychres.2020.112921.
- Bo HX, Li W, Yang Y, et al. Posttraumatic Stress Symptoms and Attitude Toward Crisis Mental Health Services Among Clinically Stable Patients With COVID-19 in China. *Psychol Med*, 2020, 1-2. doi: 10.1017/S0033291720000999. Online ahead of print.
- Banerjee DD. (2020). The other side of COVID-19: Impact on obsessive compulsive disorder (OCD) and hoarding. *Psychiatry research*, 2020. Advance online publication.
- Kumar A, Somani A. Dealing with Corona virus anxiety and OCD. *Asian journal of psychiatry*, 2020, 51, 102053. Advance online publication.
- Xiang YT, Yang Y, Li W, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *Lancet Psychiatry*, 2020, 7(3):2289-229.
- Türk Psikiyatri Derneği (TPD) (2020). *COVID-19 ve çocuklar*. (09.06.2020 tarihinde [https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/2420201236\\_cocuklarCOVID.pdf](https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/2420201236_cocuklarCOVID.pdf) adresinden ulaşılmıştır).
- Cheng SKW, Wong CW, Tsang J, et al. Psychological distress and negative appraisals in survivors of severe acute respiratory syndrome (SARS). *Psychol Med*, 2004, 34, 1187-95.