

5.Bölüm

SALGINLARA PSİKOLOJİK TEPKİLER VE DAMGALANMA



Beyza ERDOĞAN AKTÜRK¹

Şenel TOT ACAR²

GİRİŞ

Salgınlar sırasında hastaların, hayatta kalanların, sağlıkçıların/bakıcıların ve genel nüfusun psikososyal tepkileri farklılık gösterebilir, çünkü etkilenen nüfus her salgın sırasında benzersiz endişeler ve deneyimlerle karşılaşır¹. Ayrıca kişinin mizacı, yaşı, mevcut tıbbi durumu, stresle başa çıkma becerileri, sosyo-ekonomik-kültürel düzeyi, değerleri ve yaşam felsefesi gibi pek çok etkene bağlı olarak sergileyeceği tepkiler değişebilmektedir². Özellikle hastalığa yakalananlar, hastalığa yakalanma riski yüksek olanlar (yaşlılar, bağışıklık sistemi zayıflamış kişiler ve toplu yerlerde yaşayan veya bakım görenler), önceden ruh sağlığı sorunları olanlar, çocuklar, doktorlar, sağlık çalışanları ve ilk müdahale ekipleri; pandeminin psikososyal etkilerine karşı diğerlerinden daha savunmasız olup, bir krizin yarattığı strese daha yoğun tepki verebilirler.^{3,4}

Tablo 1. Pandemi sürecinde stresle ilişkili tepkiler açısından riskli gruplar

Pandemi sürecinde stresle ilişkili tepkiler açısından riskli gruplar

Hastalığa yakalananlar

Hastalığa yakalanma riski yüksek olanlar (yaşlılar, bağışıklık sistemi zayıflamış kişiler ve toplu yerlerde yaşayan veya bakım görenler)

Sağlık çalışanları

İlk müdahale ekipleri

Önceden ruh sağlığı sorunları olanlar

Çocuklar

¹ Arş. Gör. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD., beyzaerdogan128@gmail.com

² Prof. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD., seneltot@gmail.com

- Hastalık ve tedavisi hakkında bilimsel ve doğru bilgi kaynaklarını göstermek
- Etik gazeteciliği teşvik etmek
- Sağlık çalışanları ve hastaların hikâyelerini empatik bir dille ifade eden paylaşımlarda bulunmak
- Sağlık çalışanlarını onurlandıran kampanyalar düzenlemek
- Toplum üzerinde etkili kişilerin olumlu düşünmeyi teşvik eden mesajlar vermesini desteklemek

Salgını kontrol altına alma noktasında, salgına ilişkin damgalanmanın da yönetilmesi önemlidir⁶⁷. Çünkü damgalanma; şüpheli belirtileri olanların sağlık kuruluşlarına başvurmaktan kaçınmalarına, bu sebeple hem kendilerini hem de çevrelerini riske atmalarına neden olabilmektedir. Dolayısıyla damgalanma salgına uygun müdahalenin önüne geçebilmekte üstelik bunların da ötesinde; ciddi bir hastalıkla uğraşan çok sayıda kişi ve yakınları için yersiz bir ruhsal yük nedeni olmaktadır⁶⁸.

SONUÇ

Salgınlara önlenmesi, kontrol edilmesi ve tedavi sürecinde duygusal tepkiler ve ruhsal belirtilerin etkisi önemli bir paydaya sahiptir. Şiddetli, bulaşıcı hastalık salgınları sırasında insanları yoğun stres altına sokan durumları ve bunların nedenlerini anlamak hem hâlihazırdaki salgında hem de bir sonraki salgın ortaya çıktığında kimlerin psikolojik hizmetlere ihtiyaç duyacağını tahmin edilmesine yardımcı olması açısından önemlidir. Aşırı stresin nedenlerini anlamak, etkilenen bireyler için en uygun psikolojik tedavilerin geliştirilmesinde de yararlı olabilir. Bu bağlamda psikiyatrik hizmetler salgın yönetimi ve tedavisinde temel tıbbi gereklilikler arasındadır⁶⁸.

Bu bölümde işlenen psikolojik tepkileri yordayan çeşitli faktörler vardır. Kitabın ilerleyen bölümlerde bu faktörler üzerinde durulacaktır

KAYNAKÇA

1. Chew Q, Wei K, Vasoo S, vd. Narrative synthesis of psychological and coping responses towards emerging infectious disease outbreaks in the general population: practical considerations for the COVID-19 pandemic. Singapore Med J. Nisan 2020. doi:10.11622/smedj.2020046
2. T.C.İstanbul Üniversitesi. (Ocak H N, 30.04.2020). Pandemi Sürecinin Psikolojik Etkileri Virüs Kadar Hızla Yayılıyor. <https://www.istanbul.edu.tr/tr/haber/pandemi-surecinin-psikolojik-etkileri-virus-kadar-hizla-yayiliyor-4B006900540051006B0032004600690073004300720039007900700046006200610041004F003200370077003200>. Erişim Mayıs 6, 2020.
3. TPD. Koronavirüs Hastalığı Salgını Sırasında Ruh Sağlığı ve Stresle Baş Etme. <https://www.psikiyatri.org.tr/2147/koronavirus-hastaligi-salgini-sirasinda-ruh-sagligi-ve-stresle-bas-etme>. Erişim Mayıs 6, 2020.
4. Pfefferbaum B, North CS. Mental Health and the Covid-19 Pandemic. N Engl J Med.

- 2020;383(6):510–512. doi:10.1056/NEJMp2008017
5. Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, vd. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry*. 2020;66(4):317–320. doi:10.1177/0020764020915212
 6. DiGiovanni C, Conley J, Chiu D, vd. Factors influencing compliance with quarantine in Toronto during the 2003 SARS outbreak. *Biosecur Bioterror*. 2004;2(4):265–272. doi:10.1089/bsp.2004.2.265
 7. Taylor S. (2019). *The Psychology of Pandemics*. Cambridge Scholars. <http://ebookcentral.proquest.com/lib/ubc/detail.action?docID=5940200>.
 8. TPD, Yıldırım EA, Sercan M, Güvenç R, vd. COVID-19 TEDAVİSİNDE ÖNLEYİCİ, KORUYUCU VE TEDAVİ EDİCİ PSİKİYATRİK HİZMETLER (2020)
 9. Wuthnow R. (2010). *Be Very Afraid: The Cultural Response to Terror, Pandemics, Environmental Devastation, Nuclear Annihilation, and Other Threats.*; doi:10.1093/acprof:oso/9780199730872.001.0001
 10. Chicagology. Eddie Foy's Account of the Iroquois Fire. <https://chicagology.com/notorious-chicago/iroquoistheatre/eddiefoy/>. Erişim Ağustos 15, 2020.
 11. Shultz, James M., Espinel, Zeide, Flynn, Brian W, vd. (2008). *DEEP PREP All-Hazards Disaster Behavioral Health Training*. Deep Center, Univ. of Miami.
 12. Kilgo DK, Yoo J, Johnson TJ. Spreading Ebola Panic: Newspaper and Social Media Coverage of the 2014 Ebola Health Crisis. *Health Commun*. 2019;34(8):811–817. doi:10.1080/10410236.2018.1437524
 13. Lee JD. (2014). *An Epidemic of Rumors How Stories Shape Our Perceptions of Disease*. University Press of Colorado.
 14. Cheng C. To be paranoid is the standard? Panic responses to SARS outbreak in the Hong Kong special administrative region. *Asian Perspect*. 2004;28(1):67–98. doi:10.2307/42704444
 15. A D, M D, Doyon S. (2017). *Fear and Containment Contact Follow up Perceptions and Social Effects in Senegal and Guinea*. Polit Fear Médecins sans Front West African Ebola Epidemic, Oxford Univ Press. (ss 209–234).
 16. Van Den Bulck J, Custers K. Television exposure is related to fear of avian flu, an Ecological Study across 23 member states of the European Union. *Eur J Public Health*. 2009;19(4):370–374. doi:10.1093/eurpub/ckp061
 17. McDonnell WM, Nelson DS, Schunk JE. Should we fear “flu fear” itself? Effects of H1N1 influenza fear on ED use. *Am J Emerg Med*. 2012;30(2):275–282. doi:10.1016/j.ajem.2010.11.027
 18. Cheng SKW, Wong CW, Tsang J, vd. Psychological distress and negative appraisals in survivors of severe acute respiratory syndrome (SARS). *Psychol Med*. 2004;34(7):1187–1195. doi:10.1017/S0033291704002272
 19. Wheaton MG, Abramowitz JS, Berman NC, vd. Psychological predictors of anxiety in response to the H1N1 (swine flu) pandemic. *Cognit Ther Res*. 2012;36(3):210–218. doi:10.1007/s10608-011-9353-3
 20. Taylor S, Asmundson GJG. Treating health anxiety: A cognitive-behavioral approach. - *PsycNET*; 2004. <https://psycnet.apa.org/record/2005-04429-000>. Erişim Nisan 22, 2020.
 21. The Guardian. Swine flu website overwhelmed by demand as new cases double in a week, Swine flu. <https://www.theguardian.com/world/2009/jul/23/swine-flu-website-overwhelmed>. Erişim Nisan 23, 2020.
 22. Ma, N. (2004). SARS AND THE LIMITS OF THE HONG KONG SAR ADMINISTRATIVE STATE. *Asian Perspective*, 28(1), 99-120. <http://www.jstor.org/stable/42704445>, Erişim tarihi 07.07.2021
 23. Chang A, Schnall AH, Law R, vd. Cleaning and Disinfectant Chemical Exposures and Temporal Associations with COVID-19 — National Poison Data System, United States, January 1, 2020–March 31, 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2020;69(16). doi:10.15585/mmwr.

- mm6916e1
24. NTV. "Corona virüs değil, çamaşır suyu tedbiri öldürdü" iddiası. <https://www.ntv.com.tr/saglik/corona-virus-degil-camasir-suyu-tedbiri-oldurdu-iddiasi,JSuS9-PE5ESIXMmKQOG-TUQ>. Erişim Nisan 23, 2020.
 25. Taylor S, Asmundson GJG. (2017). *Treatment of Health Anxiety. İçinde: The Wiley Handbook of Obsessive Compulsive Disorders*. John Wiley & Sons, Ltd; (ss: 977-989). doi:10.1002/9781118890233.ch55
 26. Pharmacy News(2018) . Are anxious patients causing the flu vax shortage by having two shots? Saxena H. <https://www.ausdoc.com.au/news/are-anxious-patients-causing-flu-vax-shortage-having-two-shots>. Erişim 23.04.2020.
 27. Tyrer P, Tyrer H. Health anxiety: detection and treatment. *BJPsych Adv*. 2018;24(1):66-72. doi:10.1192/bja.2017.5
 28. TPD. Yas Süreci. <https://psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/19/yas-sureci>. Erişim Eylül 26, 2020.
 29. BBC News Türkçe. "Yasın beş evresi teorisi" nasıl gelişti, hangi alanlara uyarlandı? <https://www.bbc.com/turkce/haberler-dunya-53277610>. Erişim Mayıs 1, 2021.
 30. Kübler-Ross E. (1969). *On death and dying*. Collier Books/Macmillan Publishing Co.
 31. Harvard Business Rewiev. (2020). That Discomfort You're Feeling Is Grief. <https://hbr.org/2020/03/that-discomfort-youre-feeling-is-grief#>. Erişim Mayıs 1, 2021.
 32. Tang W, Hu T, Hu B, vd. Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. *J Affect Disord*. 2020;274:1-7. doi:10.1016/j.jad.2020.05.009
 33. Ohio State Medical Center, Wexner Medical Center. (2020). Why is COVID-19 making me so angry? <https://wexnermedical.osu.edu/blog/why-so-angry-covid>. Erişim Ağustos 24, 2020.
 34. Barry JM. Pandemics: Avoiding the mistakes of 1918. *Nature*. 2009;459(7245):324-325. doi:10.1038/459324a
 35. Baltimore Sun. (2003). Amid SARS epidemic, China panics over pets. <https://www.baltimoresun.com/bal-te.china06may06-story.html>. Erişim Nisan 23, 2020.
 36. Honigsbaum M. (2009). *Living with enza : the forgotten story of Britain and the great flu pandemic of 1918*. Macmillan.
 37. TPD. (2020). Başturk AD, Cesur E, Rengin G, vd. COVID-19 ve DAMGALAMA. <https://www.psikiyatri.org.tr/uploadFiles/243202019327-DamgalanmaCOVID.pdf>. Erişim Mayıs 6, 2020.
 38. The Japan Times. (2020). Japanese official looking after Wuhan returnees found dead. <https://www.japantimes.co.jp/news/2020/02/02/national/crime-legal/japanese-official-looking-wuhan-returnees-found-dead/#.XrJ8oKgzbIV>. Erişim Mayıs 6, 2020.
 39. NDTV. (2020). Coronavirus Uttar Pradesh: COVID-19 Patient Uses His Clothes As Rope To Escape From UP Baghpat Hospital. <https://www.ndtv.com/india-news/coronavirus-uttar-pradesh-covid-19-patient-uses-his-clothes-as-rope-to-escape-from-up-baghpat-hospital-2207430>. Erişim Mayıs 6, 2020.
 40. The Conversation.(2020). Les étudiants disent ne pas avoir la tête aux études... Qu'en dit la science ? <https://theconversation.com/les-etudiants-disent-ne-pas-avoir-la-tete-aux-etudes-135802>. Erişim Eylül 27, 2020.
 41. Gardner PJ, Moallem P. Psychological impact on SARS survivors: Critical review of the english language literature. *Can Psychol*. 2015;56(1):123-135. doi:10.1037/a0037973
 42. Channappanavar R, Perlman S. Pathogenic human coronavirus infections: causes and consequences of cytokine storm and immunopathology. *Semin Immunopathol*. 2017;39(5):529-539. doi:10.1007/s00281-017-0629-x
 43. Potter GDM, Skene DJ, Arendt J, vd. Circadian rhythm and sleep disruption: Causes, me-

- tabolic consequences, and countermeasures. *Endocr Rev.* 2016;37(6):584–608. doi:10.1210/er.2016-1083
44. Altena E, Micoulaud-Franchi JA, Geoffroy PA, vd. The bidirectional relation between emotional reactivity and sleep: From disruption to recovery. *Behav Neurosci.* 2016;130(3):336–350. doi:10.1037/bne0000128
 45. Lau JTF, Yang X, Pang E, vd. SARS-related perceptions in Hong Kong. *Emerg Infect Dis.* 2005;11(3):417–424. doi:10.3201/eid1103.040675
 46. Xue Z, Lin L, Zhang S, vd. Sleep problems and medical isolation during the SARS-CoV-2 outbreak. *Sleep Med.* 2020; 70:112–115. doi:10.1016/j.sleep.2020.04.014
 47. DeVries AC, Glasper ER, Detillion CE. Social modulation of stress responses. *İçinde: Physiology and Behavior.* C 79. Elsevier Inc.; 2003:399–407. doi:10.1016/S0031-9384(03)00152-5
 48. Altena E, Baglioni C, Espie CA, vd. Dealing with sleep problems during home confinement due to the COVID-19 outbreak: Practical recommendations from a task force of the European CBT-I Academy. *J Sleep Res.* 2020;29(4). doi:10.1111/jsr.13052
 49. Åkerstedt T, Kecklund G, Axelsson J. Impaired sleep after bedtime stress and worries. *Biol Psychol.* 2007;76(3):170–173. doi:10.1016/j.biopsycho.2007.07.010
 50. Di Renzo L, Gualtieri P, Pivari F, vd. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. *J Transl Med.* 2020;18(1):229. doi:10.1186/s12967-020-02399-5
 51. Singh M. Mood, food and obesity. *Front Psychol.* 2014;5(AUG):1–35. doi:10.3389/fpsyg.2014.00925
 52. Özenoğlu A. Duygu durumu, Besin ve Beslenme İlişkisi. *ACU Sağlık Bilim Derg.* 2018;9(4):357–365. doi:10.31067/0.2018.56
 53. Ma Y, Ratnasabapathy R, Gardiner J. Carbohydrate craving. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care.* 2017;20(4):261–265. doi:10.1097/MCO.0000000000000374
 54. Kızılkurt Kazan Ö, Dilbaz N. COVID-19 Pandemisinde Bağlımlılık. *Türkiye Klin. COVID-19.* 2020;1(13):59–65. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-covid-19-pandemisinde-bagimlilik-88827.html>. Erişim Ekim 11, 2020.
 55. Enez Darcin A, Kose S, Noyan CO, vd. Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Behav Inf Technol.* 2016;35(7):520–525. doi:10.1080/0144929X.2016.1158319
 56. Milivojevic V, Sinha R. Central and Peripheral Biomarkers of Stress Response for Addiction Risk and Relapse Vulnerability. *Trends Mol Med.* 2018;24(2):173–186. doi:10.1016/j.molmed.2017.12.010
 57. Koob G, Kreek MJ. Stress, dysregulation of drug reward pathways, and the transition to drug dependence. *Am J Psychiatry.* 2007;164(8):1149–1159. doi:10.1176/appi.ajp.2007.05030503
 58. VOX CPP. (2020). Unemployment effects of stay-at-home orders. <https://voxeu.org/article/unemployment-effects-stay-home-orders>. Erişim Ekim 11, 2020.
 59. Lau JTF, Yang X, Pang E, vd. SARS-related perceptions in Hong Kong. *Emerg Infect Dis.* 2005;11(3):417–424. doi:10.3201/eid1103.040675
 60. O'Sullivan T, Bourgojn M. (2010). *Vulnerability in an Influenza Pandemic : Looking Beyond Medical Risk October.* Faculty of Health Sciences, University of Ottawa, Canada.
 61. Kar SK, Arafat SMY, Sharma P, vd. COVID-19 pandemic and addiction: Current problems and future concerns. *Asian J Psychiatr.* 2020;51. doi:10.1016/j.ajp.2020.102064
 62. Hocaoglu Ç, Ali E. COVID-19 ve İntihar. *Türkiye Klin COVID- 19.* 2020;1(13):35–42. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-covid-19-ve-intihar-88824.html>. Erişim Ekim 12, 2020.
 63. Oyesanya M, Lopez-Morinigo J, Dutta R. Systematic review of suicide in economic recession. *World J Psychiatry.* 2015;5(2):243. doi:10.5498/wjp.v5.i2.243
 64. Escorral S. (1999). *Lives at random: social exclusion trajectories.* Rio de Janeiro, Brazil: Fiocruz.

65. Moreira V, Melo AK. “Minha doença é invisível!”: revisitando o estigma de ser doente mental. *Interação em Psicol.* 2008;12(2):307–314. doi:10.5380/psi.v12i2.7289
66. WHO. (2020). A guide to preventing and addressing social stigma associated with COVID-19. <https://www.who.int/who-documents-detail/a-guide-to-preventing-and-addressing-social-stigma-associated-with-covid-19>. Erişim Mayıs 8, 2020.
67. Bao Y, Sun Y, Meng S, vd. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *Lancet.* 2020;395(10224): e37–e38. doi:10.1016/S0140-6736(20)30309-3
68. TPD. Güleç G. (2020). COVID-19 Salgınında Psikiyatri: Krize Müdahale. <https://www.psikiyatri.org.tr/2152/covid-19-salgininda-psikiyatri-krize-mudahale>. Erişim Mayıs 6, 2020.