

COVID-19 Sürecinden Yansımalarla

PSİKİYATRİ PENCERESİNDEN PANDEMİ

Editörler

Şenel TOT ACAR

Seda TÜRKİLİ

© Copyright 2021

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

ISBN
978-625-7409-73-5

Sayfa ve Kapak Tasarımı
Akademisyen Dizgi Ünitesi

Kitap Adı
COVID-19 Sürecinden Yansımalarla
Psikiyatri Penceresinden Pandemi

Yayıncı Sertifika No
47518

Editörler
Şenel TOT ACAR
ORCID iD: 0000-0001-8586-3961

Baskı ve Cilt
Vadi Matbaacılık

Seda TÜRKİLİ
ORCID iD: 0006-0002-0079-060X

Bisac Code
MED105000

Yayın Koordinatörü
Mehmet Aykut ERK

DOI
10.37609/akya.483

UYARI

Bu üründe yer alan bilgiler sadece lisanslı tıbbi çalışanlar için kaynak olarak sunulmuştur. Herhangi bir konuda profesyonel tıbbi danışmanlık veya tıbbi tanı amacıyla kullanılmamalıdır. *Akademisyen Kitabevi* ve alıcı arasında herhangi bir şekilde doktor-hasta, terapist-hasta ve/veya başka bir sağlık sunum hizmeti ilişkisi oluşturmaz. Bu ürün profesyonel tıbbi kararların eşleniği veya yedeği değildir. *Akademisyen Kitabevi* ve bağlı şirketleri, yazarları, katılımcıları, partnerleri ve sponsorları ürün bilgilerine dayalı olarak yapılan bütün uygulamalardan doğan, insanlarda ve cihazlarda yaralanma ve/veya hasarlardan sorumlu değildir.

İlaçların veya başka kimyasalların reçete edildiği durumlarda, tavsiye edilen dozunu, ilacın uygulanacak süresi, yöntemi ve kontraendikasyonlarını belirlemek için, okuyucuya üretici tarafından her ilaca dair sunulan güncel ürün bilgisini kontrol etmesi tavsiye edilmektedir. Dozun ve hasta için en uygun tedavinin belirlenmesi, tedavi eden hekimin hastaya dair bilgi ve tecrübelerine dayanak oluşturması, hekimin kendi sorumluluğundadır.

Akademisyen Kitabevi, üçüncü bir taraf tarafından yapılan ürüne dair değişiklikler, tekrar paketlemeler ve özelleştirmelerden sorumlu değildir.

GENEL DAĞITIM
Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A
Yenişehir / Ankara
Tel: 0312 431 16 33
siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

ÖNSÖZ

COVID-19 pandemisinin ilk dönemlerinde pandeminin psikiyatri alanındaki etkileri, psikiyatri alanında çalışanlara düşen görevler, ne yapacağımız ve ne yapmayacağımız gibi konularda bir miktar şaşkındık. Herkes gibi ruh sağlığı çalışanları olarak bizler de pandemiye hazırlıksız yakalandık. Bu dönemde Türkiye Psikiyatri Derneği çalışma gruplarının konuyla ilgili hazırladıkları bilgilendirme yazıları ve rehberler, mesleki uygulamalarımızda yol gösterici ve destekleyici oldu.

Pek çok alanda zorlayıcı olan bu yeni duruma uyum sağlayabilmemiz için, bilgi düzeyimizi arttırmamız gerekiyordu. Konuyla ilgili dünya literatürünü araştırdığımızda yeterli kaynak olmadığını fark ettik. Bu boyutta yaşanmış son pandeminin 100 yıl önce gerçekleştiğini hesaba katınca bu beklenebilecek bir durum sayılırdı. Ülkemizdeki literatürü gözden geçirdiğimizde ise doğrudan pandemi ile psikiyatri ilişkisini içeren kaynak yok denebilecek gibiydi. İçerik açısından bakıldığında “Afet Psikiyatrisi” ve “Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi” alanlarının kapsamına girdiği için bu alanlarda yayınlanmış, ilişkili olabilecek yazıları araştırıp gözden geçirmeye çalıştık. Bu süreçte çalışmalarımızı bir kitaba dönüştürme fikri ortaya çıktı. “Olur mu, olmaz mı?”, “yapabilir miyiz, yapamaz mıyız?” derken bu günlere geldik. Bu çalışma, herkesle birlikte kaygıları ve belirsizliği deneyimlediğimiz günlerde ekip olarak birlikte çalışmak ve üretmenin iyileştirici etkisini yaşamamızı sağladı. Okuyucularımız için de keyif alarak okuyabilecekleri faydalı bir kaynak olmasını diliyoruz.

Bu kitapta, yerine göre bazen daha kapsayıcı anlamıyla “salgın” sözcüğünü bazen “pandemi” sözcüğünü kullanmayı tercih etmekte sakınca görmedik. Benzer şekilde bazen daha geniş anlamı olan “ruh sağlığı” ifadesini kullanırken bazen “psikiyatri” dedik.

Pandemi ile ruh sağlığı ilişkisini sosyal ve bireysel boyutlarıyla geniş bir çerçevede oluşturacak şekilde ele almaya çalıştık. Pandeminin kültürel ve dini boyutları, medyanın etkileri, toplumsal tepkiler, damgalanma, toplumsal iletişim ve salgın yönetimi gibi sosyal boyutlarını ele almamızın da uygun olacağını düşündük. Söz konusu alanlarda yetkin olan, söz söyleyebilecek uzmanlar olduğunu bildiğimizden haddimizi aşmak konusunda endişe yaşamadık değil ama bu konuları psikiyatri penceresinden, psikiyatri uzmanı gözüyle ele almamızın fark yaratabileceği düşüncesine dayanan amatör gayretimizin hoş görüleceğini umuyoruz. Yanı sıra

pandeminin bireylerin ruh sağlığı üzerine etkilerini de inceledik. Pandemi sırasında ortaya çıkan stresli durumlara normal tepkiler ve ortaya çıkan psikiyatrik bozukluklar, zaten önceden psikiyatrik bozukluğu olanların izlem ve tedavi süreçlerindeki değişiklikleri de ele aldık.

Sonuç olarak bu kitap, çoğunluğunu amatör bir ruha sahip gençlerin oluşturduğu, az deneyimli ama çok hevesli ekibimizin yoğun ve titiz çabasıyla hazırlandı. Mümkün olduğunca sık sık bir araya gelip birbirimizin hazırlıklarını da gözden geçirip geri bildirim alışverişinde bulunarak, elimizden geldiğince geniş kapsamlı, yayınlandığı tarihte en güncel bilgileri içeren bir kitap hazırlamaya gayret ettik.

Geçmiş pandemiler ve COVID-19 pandemisinin ilk yılında ortaya çıkan literatürü gözden geçirerek damıttığımız bilgi birikimini, bu süreçteki insani ve mesleki deneyimlerimizle harmanlamaya çalıştık. COVID-19 pandemisi döneminde ruh sağlığı alanında neler olup bittiğini ortaya koymanın, bu süreçte yaşanan sorunları ve deneyimleri özetleyerek yazıya dökmenin gelecekteki olası pandemilere daha hazırlıklı olmak açısından bizlere yardımcı olacağına inanıyoruz. Kitabımızın, pandemilerin ruh sağlığı alanındaki bireysel ve toplumsal etkileri konusunda, ruh sağlığı profesyonelleri ve sağlık çalışanları için ilgi çekici ve derli toplu bir kaynak oluşturabilmesini umuyoruz.

Gelecekte COVID-19 pandemi süreci başka safhalara evrildikçe ve paylaşılan deneyimler ve bilgi birikimi arttıkça kitabımızın içeriğinde değiştirilmesi veya eklenmesi gereken bölümler olması muhtemeldir. Önümüzdeki yıllarda gözden geçirilmiş ve belki de genişletilmiş yeni baskılar hazırlamamız gerekli hale gelebilir. Zamanın bizlere neler getireceğine dair belirsizlik devam ediyor. Belirsizliklerin ve zorlukların içinden hep birlikte güçlenerek çıkabilmeyi diliyoruz.

En zor zamanlarda bile, kendi bütünlüğünü korumaya gayret ederek başkalarının ihtiyaçlarına yanıt verme çabasından vazgeçmeyen meslektaşlarımıza sevgi ve selamlarımızı sunuyoruz.

Prof. Dr. Şenel TOT ACAR
Öğr. Gör. Dr. Seda TÜRKİLİ

14.08.2021

MERSİN

İÇİNDEKİLER

1. Bölüm	Dünden Bugüne Pandemiler	1
	<i>Seda TÜRKİLİ, Beyza ERDOĞAN AKTÜRK</i>	
	Pandemilerin Tarihçesi.....	1
	Pandemilerin Sosyolojik Yönü.....	9
	Pandemilerin Etik Yönü	12
2. Bölüm	Salgın Psikolojisinde Kültür ve Din.....	21
	<i>Beyza ERDOĞAN AKTÜRK, Eda ASLAN</i>	
	Pandemide Kültür ve Din.....	31
	Salgınlara Karşı Halk Tedavileri ve Geleneksel Yöntemlerle Uğraşlar. . . .	34
3. Bölüm	Pandemi Sürecinde Komplu Teorileri ve Sosyal Medya.....	39
	<i>Gamze GÜLERYÜZ, Seda TÜRKİLİ</i>	
	Komplu Teorileri	39
	Sosyal Medya	45
4. Bölüm	Ruh Sağlığı Açısından Pandemi Sürecinde İletişim ve Salgın Yönetimi	57
	<i>Şenel TOT ACAR, Emre ÖZASLAN</i>	
	Pandemi Döneminde Risk İletişimi.....	57
	Risk İletişimi İlkeleri.....	59
	Söylem Tarzı.....	62
	Psikolojik Mesafe ve Sözcüklerin Önemi.....	64
	Söylentilere Dikkat.....	65
	Kötü İletişim Uygulamaları.....	65
	Ruh Sağlığı Açısından Salgın Yönetimi	68
	Pandemi Öncesi Ruh Sağlığı Etkinlikleri.....	68
	Pandemi Sırasında Ruh Sağlığı Etkinlikleri.....	68
	Pandemi Kontrol Altın Alındıktan Sonra Ruh Sağlığı Etkinlikleri	69

5. Bölüm	Salgınlara Psikolojik Tepkiler ve Damgalanma	75
	<i>Beyza ERDOĞAN AKTÜRK, Şenel TOT ACAR</i>	
	Salgınlara Psikolojik Tepkiler	75
	Damgalama (Stigmatizasyon).....	91
6. Bölüm	Salgınlara Bağlı Gelişen Ruhsal Bozukluklar	103
	<i>Beyza ERDOĞAN AKTÜRK, Şenel TOT ACAR</i>	
	Yaygın Anksiyete Bozukluğu	104
	Komplike Yas.....	105
	Sağlık Anksiyetesi.....	105
	Panik Bozukluk.....	106
	Somatizasyon Bozukluğu	107
	Depresyon	107
	Akut Stres Bozukluğu (ASB) ve Travma Sonrası	
	Stres Bozukluğu (TSSB)	108
	Tükenmişlik.....	110
	Yeme Bozukluğu.....	111
	Psikoz.....	112
	Kırılganlığa Neden Olan Kişilik Özellikleri.....	112
7. Bölüm	İzolasyon ve Karantinanın Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri	119
	<i>Eda ASLAN</i>	
	Sosyal Mesafe, İzolasyon ve Karantinanın Ruh Sağlığı	
	Üzerine Etkileri.....	120
	Karantina ve İzolasyonun Hassas Gruplar Üzerindeki Ruhsal Etkisi.....	123
	Karantina ve Sonrasında Dikkat Edilmesi Gereken Özel Durumlar	126
	Karantinanın Olumsuz Etkilerini Azaltmak.....	129
8. Bölüm	COVID-19 Pandemi Sürecinin Psikiyatri Pratiğine Etkisi.....	135
	<i>Şenel TOT ACAR</i>	
	Pandeminin Psikiyatrik Bozukluğu Olan Hastalar Üzerine Etkisi.....	135
	Pandemi Sürecinde Alkol ve Madde Kullanım	
	Bozukluğu Olan Hastalar	140
	Pandemi Döneminde Davranışsal Bağımlılıklar	144
	Pandemi Döneminde Dikkat Eksikliği	
	Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB).....	145
	Covid-19 Pandemi Sürecinde Psikiyatrik Hastaların	
	İlaç Tedavileri ve İzlemleri	146
	Pandemi Sürecinde Zorunlu Tedaviler, İlgili Mevzuat Ve Yasalar.....	150
	Pandemi döneminde psikiyatri uzmanlık eğitimi	152

9. Bölüm	Pandeminin Özel Grupların Ruh Sağlığı Üzerine Etkisi	157
	<i>Seda TÜRKİLİ</i>	
	65 Yaş Üstü ve/veya Kronik Hastalığı Olan Bireyler.....	157
	Kadınlar; Pandemi ve Kadın Ruh Sağlığı.....	160
	Pandemide Azınlık Gruplar ve Mültecilerin Ruh Sağlığı	165
10. Bölüm	Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı	173
	<i>Seda TÜRKİLİ</i>	
	Pandemi Sürecinde Sağlık Çalışanlarında Ruhsal Etkilenme ile	
	İlişkili Faktörler	174
	Sağlık Çalışanlarının Ruhsal Etkilenmeleri Açısından Risk	
	Faktörleri ve Koruyucu Faktörler.....	177
	Tükenmişlikten Korunmada Kurumlara Tavsiyeler	185
	Pandemi İlişkili Ruhsal Durumlar; Tarama ve Tedavi Metotları.....	187
	Pandemilerde Ruhsal Sorunların Tedavisinde	
	Uygulanan Yaklaşımlar.....	188
	Travma Sonrası Büyüme ve Güçlenme.....	188
11. Bölüm	COVID-19 Pandemisi ve Çocuk-Ergen Ruh Sağlığı	195
	<i>Şeyma KELEŞ, Gülen GÜLER AKSU</i>	
	Pandeminin Çocukların Ruh Sağlığına Etkisi.....	196
	Pandemi ve Ruhsal Bozukluklar	198
	Ailelere Öneriler	204
12. Bölüm	Gelecek Pandemilere Hazırlık	211
	<i>Seda TÜRKİLİ</i>	
	Bir Sonraki Pandemiye Hazırlık: Yol Haritası	213
	Patojen Mikroorganizmalara Karşı Hazırlık Mümkün Mü?..	218
	“Tek Sağlık” Kavramı Ve Önemi	219
	Kriz Zamanlarında Psikiyatri Hizmetleri; Ruh Sağlığı Hizmetlerinin	
	Geleceğe Uyarlanması.....	220
	Pandemi Sürecinde Toplum Ruh Sağlığını Destekleme Ve	
	Güçlendirme	221
	Ayaktan Psikiyatri Hizmetleri.....	222
	Pandemi Sürecinde Yataklı Psikiyatri Kliniklerinin İşleyişi; Yaşanan	
	Zorluklar Ve Müdahale Önerileri	223

YAZARLAR

Beyza ERDOĞAN AKTÜRK

Arş. Gör., Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD
ORCID iD: 0000-0002-5072-9241

Eda ASLAN

Dr. Öğr. Üyesi, Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi, Psikiyatri AD
ORCID iD: 0000-0002-8795-2834

Emre ÖZASLAN

Arş. Gör. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD
ORCID iD: 0000-0003-4589-3095

Gamze GÜLERYÜZ

Arş. Gör. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD
ORCID iD: 0000-0001-5012-7163

Gülen GÜLER AKSU

Dr. Öğr. Üyesi, Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD
ORCID iD: 0000-0001-9555-3916

Seda TÜRKİLİ

Öğr. Gör. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD
ORCID iD: 0006-0002-0079-060X

Şenel TOT ACAR

Prof. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Hastanesi Psikiyatri AD
ORCID iD: 0000-0001-8586-3961

Şeyma KELEŞ

Arş. Gör. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp
Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve
Hastalıkları AD
ORCID iD: 0000-0002-2494-7384

