

Umut KIRLI¹, Mesut IŞIK²

COVID-19 Pandemisinin Ruh Sağlığına Etkileri

Umut KIRLI

Giriş

Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), pek çok insanın ölümüne, kayıplara bağlı acılara, toplumda korku ve endişeye neden olmaktadır. Bu pandemi, insanlığı dünya halk sağlığı tarihinin gördüğü en büyük karantina temelli hayat şekillerinden birisine zorlamaktadır (1). Günlük yaşamın hemen her alanında zorunlu değişiklikler ortaya çıkmış, eğitime ara verilmiş, birçok iş kolunun durması ile sosyal ve ekonomik zorluklar ortaya çıkmıştır (2). Dünya Sağlık Örgütü'ne göre dünyada yeti yitimine en sık yol açan 10 hastalıktan 5'i depresyon, şizofreni, bipolar bozukluk, alkolizm ve obsesif kompulsif bozukluk olmak psikiyatrik bozukluklardır (3). Geçmiş salgınlardan ve toplumsal olaylardan edinilen deneyim, bu tür altüst oluşlardan sonra ruhsal sorunların arttığına ve önemli ölçüde yeti yitimine neden olduğuna işaret etmektedir (4,5). Bu bölümde pandemi ortamında ortaya çıkan ruhsal belirtiler ve neden oldukları sorunlar, konu hakkında yayınlanmış bilimsel yazının eşliğinde tartışılacaktır.

COVID 19 ve Psikososyal Stres

COVID-19 pandemisinin kendine özgü koşulları, birçok psikososyal stres etkenini beraberinde getirmektedir. Pandemi sürecindeki sosyal izolasyon, belirsizlik, tekrar tekrar maruz kalınan görsel ve sosyal medya içeriklerinin neden olduğu kaygı bireylerin baş etme becerileri üzerinde zorlayıcı etkilere neden olmaktadır (6,7). Yaygın bilgi kirliliği ve COVID-19'a yönelik ortaya atılan iddiaların oluşturduğu kargaşa da düşünce ve algılama süreçlerinde bozulmaları kolaylaştırabilir (8). Koronavirüs ailesinden başka bir suşun 2000'li yılların başlarında neden olduğu SARS-CoV (Severe Acute Respiratory Syndrome-Şiddetli Akut Solunum Yolu Sendromu) salgınında iyileşen birçok hasta sosyal damgalanma, karantina ve izolasyon süreçleri, beden sağlıkları ile ilgili belirsizlik, virüsü yakınlarına bulaştırma korkusu vb. nedenlerle yoğun ruhsal gerginlik yaşadıklarını ve ruh sağlıklarının etkilendiğini bildirmişlerdir (5,9).

¹ Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Van, knidos1986@yahoo.com

² Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Van, mesudd@windowslive.com

15. Gao J, Zheng P, Jia Y, et al. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *PLoS One* 2020; 15. DOI:10.1371/journal.pone.0231924.
16. Wang C., Pan R., Wan X. A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Brain Behav Immun.* 2020 doi: 10.1016/j.bbi.2020.04.028.
17. Xu, J., Xu, Q. H., Wang, C. M., & Wang, J. (2020). Psychological status of surgical staff during the COVID-19 outbreak. *Psychiatry research*, 288, 112955. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112955>
18. Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. *Psychiatry research*, 288, 112954. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
19. Chew NWS, Lee GKH, Tan BYQ, et al. A multinational, multicentre study on the psychological outcomes and associated physical symptoms amongst healthcare workers during COVID-19 outbreak [published online ahead of print, 2020 Apr 21]. *Brain Behav Immun.* 2020;S0889-1591(20)30523-7. doi:10.1016/j.bbi.2020.04.049
20. Adams JG, Walls RM. Supporting the Health Care Workforce During the COVID-19 Global Epidemic [published online ahead of print, 2020 Mar 12]. *JAMA.* 2020;10.1001/jama.2020.3972. doi:10.1001/jama.2020.3972
21. Gavidia M. Sleep, Physician Burnout Linked Amid COVID-19 Pandemic. *AJMC News*, <https://www.ajmc.com/newsroom/sleep-physician-burnout-linked-amid-covid19-pandemic> (2020, accessed 14 April 2020)
22. Morgantini, Luca Alfredo, Ushasi Naha, Heng Wang et al. "Factors Contributing to Healthcare Professional Burnout During the COVID-19 Pandemic: A Rapid Turnaround Global Survey." medRxiv (2020).
23. Wong WC, Wong SY, Lee A, Goggins WB. How to provide an effective primary health care in fighting against severe acute respiratory syndrome: the experiences of two cities. *Am J Infect Control.* 2007;35(1):50-55. doi:10.1016/j.ajic.2006.06.009
24. Chua SE, Cheung V, Cheung C, et al. Psychological effects of the SARS outbreak in Hong Kong on high-risk health care workers. *Can J Psychiatry.* 2004;49(6):391-393. doi:10.1177/070674370404900609
25. Bai Y, Lin CC, Lin CY, et al. Survey of stress reactions among health care workers involved with the SARS outbreak. *Psychiatr Serv.* 2004;55:1055-1057.
26. Marjanovic Z, Greenglass ER, Coffey S. The relevance of psychosocial variables and working conditions in predicting nurses' coping strategies during the SARS crisis: An online questionnaire survey. *Int J Nurs Stud.* 2007;44:991-998.
27. Wang C, Horby PW, Hayden FG, et al.: A novel coronavirus outbreak of global health concern. *Lancet.* 2020; 395(10223): 470-473.
28. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, et al.: The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet.* 2020; 395(10227): 912-920.
29. Jun J, Tucker S, Melnyk B. Clinician mental healthy and well-being during global healthcare crisis: evidence learned from prior epidemics for COVID-19 pandemic.
30. Huang J., Liu F., Teng Z., Chen J., Zhao J., Wang X. Oxford University Press for the Infectious Diseases Society of America; 2020. Care for the psychological status of frontline medical staff fighting against COVID-19.
31. Liu Q., Yang J., Liu Q. The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: a qualitative study. *Lancet Glob Heal.* 2020 doi: 10.1016/S2214-109X(20)30204-7.
32. Weaver M.D., Landrigan C.P., Sullivan J.P. The association between resident physician work-hour regulations and physician safety and health. *Am J Med.* 2020 doi: 10.1016/j.amjmed.2019.12.053.