



30.

Bölüm

COVID-19 VE PSİKİYATRİK REHABİLİYASYON

Ferhat Can ARDIÇ¹

GİRİŞ

COVID-19 pandemisinin etkileri azaltmak ve yayılımını engellemek için birçok ülkede fiziksel mesafe, karantina, sosyal izolasyon gibi önlemler alınmak zorunda kalınmıştır. Bu önlemler çerçevesinde tüm servislerde olduğu gibi psikiyatri servislerinde de bazı kısıtlamalar ve önlemler uygulanmış, psikiyatri muayene odaları ve günlük psikiyatrik muayene sayıları düzenlenmiştir. Psikiyatrik rehabilitasyon modelleri de bu önlemler çerçevesinde güncellenmiş pandeminin gereksinimlerini karşılayacak şekilde uzaktan ruhsal destek programları tedavi planlarına dahil edilmiştir (1).

COVID-19 pandemisi psikiyatrik rehabilitasyon modellerini iki farklı açıdan etkilemiştir. Öncelikle alınması gerekli önlemler neticesinde psikiyatrik rehabilitasyonun verilmiş biçimini değiştirmiş, sonrasında ise pandeminin kendisinin yarattığı etkilerin sağaltılması için önemli yeni tedavi hedefleri belirlenmesi gerekliliği doğmuştur.

Haftalar boyunca evlerinden çıkamayan ve sevdiklerinin fiziksel yakınlığından uzak kalan kişilerde kaygı bozukluğu belirtileri görülmeye başlanmış ABD'nin Salgın önlenmesi ve kontrol altına alınmasından sorumlu kurumu CDC tarafından "COVID-19 pandemisi bazı

kişiler için yüksek zorlantı sebebi olabilir. Yeni bir hastalığın etkileri ve yapabilecekleri konusundaki korku ve kaygı kişiler için dayanılmaz hal alabilir. Ergen ve yetişkinlerde güçlü duygu değişimleri yaratabilir." açıklamasını yapmıştır. Rajkumar ve arkadaşlarının (2) yaptığı bir çalışmada kaygı ve depresif bozukluğun COVID-19 pandemisine verilen yaygın psikolojik yanıtlardan olduğu gösterilmiştir.

COVID-19 PANDEMİSİNİN RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Viral yayılmayı önlemek için önerilen el yıkama, hijyen kuralları vb. kimyasal yöntemlerin yanında, sosyal mesafe, karantina ve izolasyon gibi ruh sağlığı üzerinde kronik etkileri bulunan önlemler COVID-19 pandemisinin ruh sağlığı üzerinde çok daha önemli etkiler yol açmasına neden olmuştur. Bu önlemler ekonomik olarak da ağır sonuçlara neden olmuş ve ön planda bu etkileriyle eleştirilmiş olsa da aynı zamanda kültürel etkileri de özellikle uzamış sürelerde uygulandığında belirgin biçimde toplu ve ruh sağlığını etkilemektedir. Leigh-Hunt ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada sosyal izolasyon ve yalnızlığın hem fiziksel sağlığı hem de ruh sağlığını derinden etkilediği kanıtlarla gösterilmiştir. Ayrıca Pandemi önlemleri çerçevesinde kullanılan dilin de etkisi olmuş sosyalliği sürdürmenin de hatalı

¹ Dr. Ferhat Can ARDIÇ, Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi dr@ferhatcan.com

Bilişsel Davranışçı psikoterapi ekolünden psikoterapistler içinse geçiş işlemlerinin daha kolay olacağı, yapılmasını gerekenin tekniklerin İnternet ortamına uyarlanması olduğu görüşü mevcuttu. Seans dışında da birçok ödevin verildiği, psikoterapist ile ilişkinin yapılandırılmış ve süreli olduğu Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ekolünden gelen psikoterapistlerin sahada gözlemler incelendiğinde de mevcut duruma daha hızlı adapte olduğu öne sürülebilir.

Çevrimiçi grup tedavileri Pandemi öncesinde de senkronize ve asenkronize gruplar olarak iki grup halinde yapılmaktaydı. Senkronize gruplar her katılımcının aynı anda çevrimiçi olduğu gruplar iken, asenkronize gruplar katılımcıların farklı zamanlarda çevrimiçi olarak gruba katılabildiği gruplardır. Asenkronize gruplar daha çok anlık mesajlaşma uygulamaları ve İnternet forumlarını kullanırken anlık gruplar daha çok çevrimiçi video konferans uygulamalarını kullanmaktadır

Senkronize çevrimiçi grup psikoterapilerinin asenkronize olanlardan daha etkin olduğu Varcker ve arkadaşları tarafından gösterilmiştir (29).

SONUÇ

COVID-19 pandemisi sağlıklı bireylerin ruh sağlığını olumsuz etkilemiş, COVID-19 geçiren kişilerde hastalık ve önlemler nedeniyle ek stres faktörleri yaratmış, psikiyatrik hastalıklar nedeniyle takip edilen kişilerin mevcut tedavilerine ulaşmalarını zorlaştırmış ve ek bulgulara sebep olmuştur.

Psikiyatrik rehabilitasyon bu etkiler nedeniyle hızla değişime uğramak zorunda kalmıştır. Hem travmaların etkilerinin azaltılması hem de önleyici ruh sağlığı müdahaleleri yapılabilmesi için birçok yeni çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların pandeminin kişilerin ruh sağlığı ve psikiyatrik rehabilitasyon üzerinde olumlu etkileri olmuşsa da ayrılan işgücü, zaman kaynağın artırılması gerektiği açıktır.

KAYNAKLAR

1. Bojdani E, Rajagopalan A, Chen A, Gearin P, Olcott W, Shankar V, et al. COVID-19 pandemic: impact on psychiatric care in the United States, a review. *Psychiatry research*. 2020;113069.
2. Rajkumar RP. COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian journal of psychiatry*. 2020;52:102066.
3. Kessler RC, Galea S, Jones RT, Parker HA. Mental illness and suicidality after Hurricane Katrina. *Bulletin of the World Health Organization*. 2006;84:930-9.
4. Saltzman L, Pat-Horenczyk R, Lombe M, Weltman A, Ziv Y, McNamara T, et al. Post-combat adaptation: improving social support and reaching constructive growth. *Anxiety, Stress, & Coping*. 2018;31(4):418-30.
5. Smith BG, Smith SB, Knighton D. Social media dialogues in a crisis: A mixed-methods approach to identifying publics on social media. *Public relations review*. 2018;44(4):562-73.
6. Saltzman LY, Solomyak L, Pat-Horenczyk R. Addressing the needs of children and youth in the context of war and terrorism: The technological frontier. *Current psychiatry reports*. 2017;19(6):30.
7. Li C, Zhao W, He C, Wu D, Yue Y, Chen Y. COVID-19 prevention and control strategies for psychiatric hospitals. *Psychiatry research*. 2020;289:112935.
8. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*. 2020;395(10227):912-20.
9. Chen J, Xiong M, He Z, Shi W, Yue Y, He M. The enclosed ward management strategies in psychiatric hospitals during COVID-19 outbreak. *Globalization and Health*. 2020;16(1):1-2.
10. Percudani M, Corradin M, Moreno M, Indelicato A, Vita A. Mental health services in Lombardy during COVID-19 outbreak. *Psychiatry research*. 2020;288:112980.
11. Correa H, Malloy-Diniz LF, da Silva AG. Why psychiatric treatment must not be neglected during the COVID-19 pandemic. *Brazilian Journal of Psychiatry*. 2020(AHEAD).
12. Wada K, Yamada N, Sato T, Suzuki H, Miki M, Lee Y, et al. Corticosteroid-induced psychotic and mood disorders: diagnosis defined by DSM-IV and clinical pictures. *Psychosomatics*. 2001;42(6):461-6.
13. Udina M, Moreno-España J, Capuron L, Navinés R, Farré M, Vieta E, et al. Cytokine-induced depression: current status and novel targets for depression therapy. *CNS & Neurological Disorders-Drug Targets (Formerly Current Drug Targets-CNS & Neurological Disorders)*. 2014;13(6):1066-74.
14. Udina M, Navinés R, Egmond E, Oriolo G, Langohr K, Giménez D, et al. Glucocorticoid receptors, brain-derived neurotrophic factor, serotonin and dopamine neurotransmission are associated with interferon-induced depression. *International Journal of Neuropsychopharmacology*. 2016;19(4):pyv135.

15. Mascolo A, Berrino PM, Gareri P, Castagna A, Capuano A, Manzo C, et al. Neuropsychiatric clinical manifestations in elderly patients treated with hydroxychloroquine: a review article. *Inflammopharmacology*. 2018;26(5):1141-9.
16. Siskind D, Honer WG, Clark S, Correll CU, Hasan A, Howes O, et al. Consensus statement on the use of clozapine during the COVID-19 pandemic. *Journal of psychiatry & neuroscience: JPN*. 2020;45(3):222.
17. Papola D, Ostuzzi G, Gastaldon C, Morgano GP, Dragioti E, Carvalho AF, et al. Antipsychotic use and risk of life-threatening medical events: umbrella review of observational studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2019;140(3):227-43.
18. Wittson CL, Affleck DC, Johnson V. Two-way television in group therapy. *Psychiatric Services*. 1961;12(11):22-3.
19. Simpson S. Psychotherapy via videoconferencing: A review. *British Journal of Guidance & Counselling*. 2009;37(3):271-86.
20. Roesler C. Tele-analysis: The use of media technology in psychotherapy and its impact on the therapeutic relationship. *Journal of Analytical Psychology*. 2017;62(3):372-94.
21. Topooco N, Riper H, Araya R, Berking M, Brunn M, Chevreur K, et al. Attitudes towards digital treatment for depression: a European stakeholder survey. *Internet interventions*. 2017;8:1-9.
22. Simpson SG, Reid CL. Therapeutic alliance in videoconferencing psychotherapy: A review. *Australian Journal of Rural Health*. 2014;22(6):280-99.
23. Liu S, Yang L, Zhang C, Xiang Y-T, Liu Z, Hu S, et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*. 2020;7(4):e17-e8.
24. Zhou X, Snoswell CL, Harding LE, Bambling M, Edirippulige S, Bai X, et al. The role of telehealth in reducing the mental health burden from COVID-19. *Telemedicine and e-Health*. 2020;26(4):377-9.
25. Castro A, Gili M, Ricci-Cabello I, Roca M, Gilbody S, Perez-Ara MÁ, et al. Effectiveness and adherence of telephone-administered psychotherapy for depression: a systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*. 2020;260:514-26.
26. Tonn P, Reuter SC, Kuchler I, Reinke B, Hinkelmann L, Stoeckigt S, et al. Development of a questionnaire to measure the attitudes of laypeople, physicians, and psychotherapists toward telemedicine in mental health. *JMIR Mental Health*. 2017;4(4):e6802.
27. Békés V, Aafjes-van Doorn K. Psychotherapists' attitudes toward online therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Psychotherapy Integration*. 2020;30(2):238.
28. Weinberg H. Online group psychotherapy: Challenges and possibilities during COVID-19—A practice review. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 2020;24(3):201.
29. Varker T, Brand RM, Ward J, Terhaag S, Phelps A. Efficacy of synchronous telepsychology interventions for people with anxiety, depression, posttraumatic stress disorder, and adjustment disorder: A rapid evidence assessment. *Psychological Services*. 2019;16(4):621.