

Salgının Psikososyal Yönleri

Prof. Dr. Vesile ŐENTÜRK CANKORUR

Ankara Ü. Tıp F. Ruh Sağlığı ve Hastalıları A.D.

Vena Med Ar-Ge Ltd Őti

Salgının Psiko-sosyal Yönleri

■ Ruh sağlığı

Freud'a göre "Seven ve üreten insan ruhsal olarak sağlıklıdır"

■ Ruhsal hastalıklar

Sık görülen ruhsal hastalıklar;
anksiyete bozukluklar, depresyon

Ciddi ruhsal hastalıklar; şizofreni,
bipolar bozukluk

Dünya çalışmaları

- Salgın öncesi yıllık anksiyete sıklığı %19,1 (National Institute of Mental Health, 2020)
- Covid-19 salgın döneminde anksiyete sıklığı %6,3 - %50,9

Dünya çalışmaları

- Salgın öncesi depresif belirtilerin yıllık sıklığı (prevalansı) %3,6-7,2
- Salgın sürecinde %14,6-48.3'e yükselmiştir

Sık görülen ruhsal hastalıklar için risk etmenleri:

Kadın cinsiyet,

40 yaş altı olmak

Kentte yaşamak,

Yalnızlık, boşanmak veya dul kalmak, bekar olmak,

Düşük gelir düzeyi

Karantinada olmak,

Hastalık geçirmek konusunda endişeli olmak,

Covid-19 ile enfekte olan tanıdığıının olması,

Maddi kayıp,

İşsiz kalmak, işsiz kalma riskinin artması,

Çocuk sahibi olmamak,

Covid-19 ile ilgili haberlere maruziyet,

Düşük eğitim düzeyi ?(bulgular çelişkili)

Geçirilmiş ruhsal stres veya tıbbi hastalık,

Kronik hastalık olması, fiziksel bir şikâyetin mevcut olması yer alır.
(Xiong, Jiaqi ve ark 2020)

Sık görülen ruhsal hastalıklar için risk etmenleri:

- Covid-19 kişiyle temas öyküsü ve karantina süresinin uzaması da artmış anksiyete belirtileriyle ilişkili görünüyor (Moghanibashi-Mansourieh, Amir 2020)
- Daha önce ruhsal bozukluğu olanlar kadar sağlıklı bireylerde de anksiyete miktarı artmaktadır (Shigemura, Jun ve ark. 2020)

Sık görülen ruhsal hastalıklar için risk etmenleri:

- Ruhsal stresin görülme sıklığı %34,4-38,0
- Genç yaşlarda ve kadınlarda daha sık görülüyor.
- Ruhsal etki bazı alt gruplarda daha fazla görülür. Enfeksiyona yakalananlar, hastalık nedeniyle ölüm tehlikesi yaşayanlar, izolasyon nedeniyle ailesini göremeyenler, işlerini kaybedenler, toplum tarafından ayrımcılığa uğrayan veya damgalananlar bu gruplar arasında sayılabilir.
- Bu gruplarda sık olarak; sosyal izolasyon ve yalnızlık korkusu, hastalığa yakalanma ve hastalıktan ölme korkusu, anksiyete, stres, depresyon, uyku düzeninde bozulma, psikolojik distres görülür (Li, Qun ve ark. 2020)

Ruhsal hastalıklar

- Salgın döneminde en sık görülen belirtiler bozulmuş uyku kalitesi (%40) ve stres (%34)
- Ruhsal hastalıklar sırayla en çok
Covid-19 hastalarında
Sağlık çalışanları
Genel toplumda görülür

Koruyucu etmenler

- Birkaç çalışmada ruh sağlığını korucuyu etmenler tanımlanmıştır.
- Yetkililerin Covid-19 ile ilişkili bilgileri doğru ve zamanında açıklaması stres, endişe ve depresif belirtilerin az olmasıyla ilişkili bulunmuş.
- Salgın boyunca enfeksiyon riskini azaltan önlemlerin (el yıkama, az sosyal temas, maske takmak) uygulanması stresi azaltmaktadır.
- Salgın sürecinde daha fazla sosyal destek ve dinlenebilecek zamanı olanlar düşük sosyal stresle ilişkilidir.
- Travmaya veya stresli bir olaya gösterilen akut yanıt bazı zamanlar koruyucu olabilir.
- Salgın sırasında insanların yaşadığı kaygı ve stres durumu insanların kendilerini korumak konusunda harekete geçmesini sağlar (Xiong, Jiaqi ve ark. 2020)

Koruyucu etmenler

- Karantina sürecinde,
Salgın ile ilgili haberleri daha az izlemek,
Egzersiz yapmak
Sağlıklı beslenmeye dikkat etmek
Tek başına ve aile ile boş zamanlarda yapılacak aktivite bulunması
Gevşeme ve sakinleşme egzersizleri yatmadan önce ekrana bakmamak uyku kalitesi için önemlidir.

Ruhsal Bozukluğu Olanların Yaşadığı sorunlar

- Ruhsal bozukluğu olan hastalar hastalığın genel kavramını, korunma yollarını anlamakta güçlük çekebilirler.
- Hafif öğrenme güçlüğü olup yalnız yaşayan vakalarda önlemleri önemsememe görülebilir.
- Antisosyal kişilik bozuklukları ve paranoid kişilik bozuklukları düzenlemelere ve kısıtlamalara tahammülsüzdür.
- Stresli yaşam olayları şizofreni, depresyon ve anksiyete gibi psikiyatrik bir hastalığın ilk defa ortaya çıkması veya tekrar nüks etmesine neden olabilir.
- Şizofreni, intihar ve depresyonda risk faktörü olarak stresli yaşam olaylarının etkisi gösterilmiştir.
- Sevdikleri kişiyi kaybetmek, maddi gelirin azalması, yakın aile üyelerinden ayrı kalmak zorunda olunması virüs dönemi tetikleyici faktör olabilir (Krishnamoorthy, Yuvaraj ve ark 2020)

Salgın ve Ruhsal Hastalağı Olanlar

- Karantina, özellikle n6rogelişimsel bozuklukları olan çocuklar için çok zorlayıcıdır.
- İspanya bu engellilere ve eşlik edecek aile bireyine enfeksiyon riskine rağmen dışarı çıkmaları için izin verdi.
- Alzheimer ve mental retardasyonu olanlar evde kalmaları gerektiğini tam anlayamadı.
- Madde bağımlıları çekilme belirtileri yaşamaya başladılar.
- Alkol, sigara ve internet üzerinden kumar bağımlıları daha da kötüleşti.
- Evde řiddete maruz kalan kadınlar ve çocuklar için durum kötüleřti.

Karantina ve ruh sağlığı

- İzolasyonun kendisi kaygı ve stres düzeyini artırır, obsesif düşünceleri artırır, hipokondriyak ve fobik korkuları artırır.
- Aynı evde yaşayan kişiler arasındaki öfkelenmeleri, ilişki problemlerini artırır.
- Komşularından veya sosyal çevresinden görülen desteği azaltır (Lazzari, Carlo ve ark. 2020)

Karantina ve ruh sağlığı

- Karantina veya izolasyonda olanlar ile olmayanlar kıyaslandığında
- Depresyon (OR 2.795; 95% CI 1.467–5.324; *I*²: 91.1%),
- Anksiyete (OR 2.0; 95% CI 0.883–4.527; *I*²: 86.5%),
- Stres ilişkili bozukluklar (OR 2.742; 95% CI 1.496–5.027; *I*²: 90.0%) daha sık görölmektedir (Henssler, Jonathan ve ark. 2020)

Karantina ve ruh sağlığı

- Karantina ve izolasyon süresi; sürenin uzaması ile anksiyete, öfke, kaçınan davranış ve stres ilişkili bozukluklar arasında pozitif ilişki mevcuttur.
- Hasta olmaktan bağımsız bir şekilde ilk haftadan sonra özellikle 2. Haftada olumsuz ruhsal etkiler görülmeye başlar (Henssler, Jonathan ve ark.2020)

Ülkemizdeki
çalışmalar

Ergenlerin ruhsal
durumu
Ankara örnekleme



Ergenlerin ruhsal
durumu
Ankara örnekleme

- 3623 lise öğrencisi; kız öğrenci (n=2248)
- 9. (n=1450), 10. sınıf (n=1056),
- 11. sınıf (n=711), 12. sınıf (n=406)
- Annesi veya babası hayatta olmayan yaklaşık %3
- Annenin eğitimi;
- okur yazar değil %1,9
- Okur yazar %1,5
- İlkokul %28,0
- Ortaokul %19,4
- Lise %29,3
- Üniversite %17,1
- Yüksek Lisans %2,9

Ergenlerin ruhsal
durumu
Ankara örnekleme

- Babanın eğitimi;
- okur yazar değil %0,4
- Okur yazar %0,9
- İlkokul %18,2
- Ortaokul %17,6
- Lise %34,0
- Üniversite %23,1
- Yüksek Lisans %5,9

Ergenlerin ruhsal durumu Ankara örnekleme

- Anne baba ayrı %10,3
- 1 kardeřli %45
- Kendine ait odası var %82,5
- Uzaktan eğitimde sorun yaşıyor %26,7
- Ailenin düzenli geliri yok %9,1
- Asgari ücret veya altı %37,5
- Ortalama yarısının geliri asgari ücret veya altı
- Sosyal güvencesi yok %13,4
- Fiziksel sağlığı kötü %2,4
- Ruh sağlığı kötü %10,7
- Herhangi bir kronik hastalık %7,8
- Herhangi bir tanı konmuş ruhsal hastalık %1,9
- Sürekli ilaç kullanımı %6,8

Ergenlerin ruhsal
durumu
Ankara örnekleme

- COVID-19'un fiziksel sađlıđa olumsuz etkisi %19,8
- Uyku sorunu %7,6
- Stres, dikkat sorunları, %10
- İŖe yaramama hissi %20
- Sorunlarıyla uđraŖamama %20
- Karar vermekte zorluk %24
- Zorlukları halledemeyecek gibi hissetme %24
- Mutsuzluk %28
- Hayattan zevk almama %%40

Ergenlerin ruhsal durumu Ankara örnekleme

- Çok yakınında ciddi hastalık %11,9
- Anne, baba veya kardeş kaybı %2,4
- İkinci derece yakın kaybı %21,9
- Arkadaş/komşu/tanıdıklar ile sorun %8,5
- Maddi zorluk %13,8
- Yaklaşık %10 geniş/geleneksel aile
- Düzenli görüşme veya telefon ziyareti yok %24,0
- Anne baba ile ilişkisi orta %25,1, kötü %3,2
- Çevremde yardım edecek kimse yok %8,0
- Ailem duygusal destek sağlamıyor %13,2
- Arkadaşlarım yardım etmez %12,8
- Ailemle sorunlarım hakkında konuşamam %17,7
- Evdeki sorumlulukları yapamama bazen %26,1, her zaman %5,9

Salgının psikososyal etkileri

- **Biyopsikososyal model**
- **Sosyoekolojik model**

İnsanoğlunun COVID ile imtihanı

Dinamik bir dönem????

- Kriz dönemi
- Yas süreci
- Çok hızlıca evrilmekte; bilimsel ve sosyolojik olarak
- Ruhsal etkileri konuşulmadan aşı konuşulmaya başlandı????
- Aşılama sürecine ruhsal durumun etkisi???
- Bu dönemin bilimsel, ekonomik, sosyolojik, etik, felsefik boyutları

Teşekkür

Vena Med Ar-Ge

0 (552) 3459897