

COVID-19 ve Toplum Ruh Sağlığı

COVID-19 and Community Mental Health

Meram Can Saka¹

¹Prof. Dr., Klinik Psikiyatri Dergisi Editörü,
Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri AD, Ankara, Türkiye <https://orcid.org/0000-0002-4647-1807>

COVID-19 salgınında hem ülkemizde hem ABD başta olmak üzere dünya genelinde tekrar bir yükseliş görülmekte, diğer yerlerde ümit edildiği kadar hızlı bir azalma görülmemektedir. Kişisel tutumlar öne çıkarılmaya çalışılsa da ekonomik ihtiyaçların öncelenmesi ile fazla hızlı başlanan bir gevşeme bu gidişte etkili gibi görünmektedir. Güncel tablo salgının çok yaygın ruh sağlığı sorunlarına neden olduğu ve önümüzdeki dönemde psikiyatrik problemlerin toplum sağlığı açısından büyük bir önem taşıyacağını göstermektedir. Ebola salgını sırasında hastalığı geçirenlerin ve yakınlarının neredeyse yarısında Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Depresyon gibi psikiyatrik sorunlara rastlandığı bildirilmiştir (1). Çin'de COVID 19 salgınının başlamasından 1 ay sonra yapılan bir taramada çok yüksek oranda psikiyatrik şikayetlerle karşılaşmıştır (2).

Günümüzde salgın kontrolü ve psikiyatrik sonuçlarının engellenmesine yönelik hem toplumsal hem idari tutumlarla ilgili sorunlarla karşı karşıyayız. Salgının ilk günlerinden itibaren hastalığın başladığı veya yoğun görüldüğü bölgelerden olan, kronik hastalıkları olan, ileri yaştaki kişilerin ve sağlık görevlilerinin damgalandığını ve ayrımcılığa maruz kaldığını gördük. Koruma tedbirlerinin yeterli uygulanmaması, maske kullanımı, hijyen önerilerinin takip edilmemesi, kalabalık, kapalı alanlarda etkinliklerden kaçınılması bulaş açısından risk oluşturmaktadır. Uzun sosyal temas yokluğu, başta ileri yaştakiler, çocuk ve ergenlerin uzun süre sosyal ve fiziksel etkinliklerden yoksun kalması, kayıplar ve ardından gelen yas, maddi zorluklar var olan psikiyatrik sorunların, alkol madde kullanım bozukluklarının şiddetlenmesinde veya yenilerinin tetiklenmesinde etkili olabilmekte, zaten büyük bir sorun olan aile içi şiddet kendini daha da fazla göstermektedir.

Aylar geçtikçe tüm kesimlerde yorgunluk ve bıkkınlık birikmekte, toplum için önlemleri sürdürmek, sağlık çalışanları için yoğun, titiz, gerginliğe rağmen çalışmayı daha da zorlu hale getirmektedir.

İdari tutumlar zaten uyumda zorluk çeken, sağlık çalışanlarının ve toplumun işini daha da zorlaştırmaktadır. Hastalığın sıklığı, dağılımı ile ilgili güncel ve güvenilir bir bilgiye ulaşmak ilk günden beri mümkün olmamıştır. Bilimsel yayınlara kontrol, yasak getirilmesi güvensizliği ve tehlikenin tam olarak görülemediği duygusunu şiddetlendirmektedir. Ekonomik ve sosyal ihtiyaçların epidemiyolojik veriler ve uzmanlık değerlendirmelerinin önünde ele alınması ile başlatılan gevşeme süreci salgının ve duygusal yükünün artarak devamına neden olmaktadır. Üstüne üstlük işler, görevini yapmaya canla başla çalışan bilim insanlarına bilgi verdikleri için soruşturma açmaya gidecek kadar "bilim" ekseninden çıkmıştır (3).

Toplumun güvenilir ve güncel bilgiye ulaşmasının sağlanması, salgın yönetiminin bilimsel temellerde ve belirli, açıkça ortaya konmuş prensiplere göre, keyfilikten, kişisellikten uzak yönetilmesi hem salgının gidişini hem de duygusal ve toplumsal iyiliğimizi etkileyecektir. Psikiyatrik hizmetlerin önce sağlık çalışanları sonrasında da toplum tarafından kolay ulaşılır ve yüksek kalitede sağlanabilmesi salgının olumsuz etkileri açısından belirleyici önem taşımaktadır.

Psikiyatrik hizmetler birçok kurumda uzaktan müdahaleler ile de sürdürülmekte, hastaneden bulaş riskine karşı veya hastanelere ulaşma imkanı kısıtlı hastalarımıza destek amaçlı tercih edilmekte-

Saka MC.

dir. Kurumların ve hekimlerin inisiyatifi ile sürdürülen uzaktan hizmetler herhangi yönetmelik olmadığı için kişisel risk olarak yapılmaktadır. Uzaktan reçete, rapor oluşturma ile ilgili kurum ve hekim yetkilendirilmesine yönelik düzenlemelerin hızla oluşturulmasına ihtiyaç vardır.

Yazışma adresi: Prof. Dr. Meram Can Saka, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri AD, Ankara Türkiye
meramcansaka@gmail.com

*Prof.Dr. Meram Can Saka TTB COVID-19 Danışma ve İzleme Kurulu üyesidir ve bu metin TTB COVID-19 4 Ay Raporu için de sunulmuştur.

KAYNAKLAR

1. Kamara S, Walder A, Duncan J, Kabbedijk A, Hughes P, Muana A. Mental health care during the Ebola virus disease outbreak in Sierra Leone. Bull World Health Organ. 2017;95:842-847.
2. Gao J, Zheng P, Jia Y, Chen H, Mao Y, Chen S, Wang Y, Fu H, Dai J. Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. PLoS One. 2020;15:e0231924.

doi:10.1371/journal.pone.0231924

3. Türk Tabipleri Birliği web sayfası. Erişim Tarihi 5 Temmuz 2020 https://www.ttb.org.tr/haber_goster.php?Guid=76a93df2-bb99-11ea-8f0a-f27fa5bec9b4