

## COVID-19 Vakaları Artarken Salgının Ön Safındaki Bir Yoğun Bakım Hemşiresi: “CEPHEDE DURAN KAHRAMANLAR”

### An Intensive Care Nurse in the Forefront of the Epidemic While Increasing Cases of Covid-19: “HEROES IN FRONT-LINE”

Fatma KARASU<sup>a</sup>, Ebru ÖZTÜRK ÇOPUR<sup>a</sup>

**ÖZ** Aralık 2019’da ilk olarak Çin’de ortaya çıkan ve ciddi akut solunum yetmezliğine neden olan Koronavirüs hastalığı hızla tüm dünyaya yayılmıştır ve pandemi halini almıştır. Bu salgınla baş etmek her açıdan zor olmakla birlikte mücadelede en büyük yük sağlık personellerinin ve özellikle de hemşirelerin omzundadır. Bu çalışma salgınla mücadelede kilit rol ve görev üstlenen hemşirelerden biri olarak görev yapan bir yoğun bakım hemşiresinin salgın durumu devam ederken ve koronavirüs hastalığına yakalanan hastalara bakım verirken sahip olduğu duygu ve düşünceleri ortaya koymak amacıyla hazırlanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** COVID-19, hemşire, olgu sunumu, salgın

**ABSTRACT** Coronavirus disease, which first appeared in China in December 2019 and caused severe acute respiratory failure, rapidly spread all over the world and became a pandemic. Coping with this epidemic is difficult in evall respects but the biggest responsibility in the fight is on the shoulders of healthcare professionals and especially nurses. This study was prepared in order to reveal the feelings and thoughts of an intensive care nurse working as one of the nurses playing a key role in the fight against the epidemic while maintaining the epidemic situation and caring for patients suffering from coronavirus disease.

**Key words:** COVID-19, nurse, case report, epidemic

#### GİRİŞ

2019 yılının Aralık ayında Çin’in Wuhan kentinde ortaya çıkan ciddi akut solunum yetmezliği ile karakterize olan Koronavirüs (COVID-19) hastalığı hızla dünyanın birçok bölgesine yayılmıştır.<sup>1,2</sup> Globalleşen dünyada hastalığın yayılımı tahmin edilenden ve beklenenden hızlı gelişirken, hastalığın kontrolü ve sürveyans sisteminin oluşturulabilmesi için gerekli olan epidemiyolojik bilgilerin gelişimi aynı hızda ilerlememektedir. Bununla birlikte artan hasta ve iş yükü karşılığında sağlık personelleri yetersiz kalmaktadır.<sup>3,4</sup> Toplumların ve ülkelerin yönetim sistemlerinin hazırlıksız yakalandığı bu pandemide çoğu zaman sağlık personelleri de kendilerini yetersiz ve korumasız hissetmektedir. Bu yetersizlik ve korumasızlık hissi hastalık hakkındaki bilimsel bilgilerin azlığından, sağlık personelleri için olması gereken koruyucu malzeme eksikliğinden, sağlık personelinin hastalığa yakalanma ve/veya hastalığı bulaştırma riskini taşımalarından ve başkaları tarafından hastalığı taşıma ve bulaştırma açısından başkaları için bir tehdit olarak algılanmalarından kaynaklanmaktadır.<sup>5,6</sup> Her ne kadar bu sorunların çözümü için malzeme temini,

sağlık personelleri için barınma olanaklarının oluşturulması, toplum desteğinin alınması, psikolojik yardım gibi destek çalışmaları oluşturulsa da zaman zaman sağlık personelleri tükenmişlik yaşayabilmektedir. Sağlık personelleri içinde hastalarla en fazla iletişime giren ve onlarla zaman geçiren profesyoneller hemşirelerdir. Hemşireler tedavi ve bakımı gerçekleştirirken risk altındadırlar ve bu nedenle yoğun stres yaşamaktadırlar. Bu çalışma da salgınla mücadelede kilit rol ve görev üstlenen hemşirelerden biri olarak görev yapan bir yoğun bakım hemşiresinin salgın durumu devam ederken ve koronavirüs hastalığına yakalanan hastalara bakım verirken sahip olduğu duygu ve düşünceleri ortaya koymak amaçlanmıştır.<sup>7,8</sup>

#### “Bir Yoğun Bakım Hemşiresinin Duygu ve Düşünceleri

38 yaşındayım ve meslekte 12. yılım. Koronavirüs salgınının en yoğun şehrinde, bir üniversite hastanesinin reanimasyon yoğun bakımında çalışmaktayım. Dünyada birçok ülkede görülen ve benimde ilgiyle takip ettiğim salgın 11 Mart itibariyle ülkemde tespit edildi. O günden sonra bir kâbusun başlangıcı gibi her gün daha fazla

insanın hastalandığını öğreniyorum. Çalıştığım yoğun bakıma ilk vaka geldiğinde “meslek hayatımın en karanlık anıydı” diyebilirim. Burada neden hala duruyorum? diye sordum kendime, içimden soruyu cevapladım, sorunun cevabı çok basitti: “Sadece Görev”. Ve bu en karanlık anda bile işime devam edip pes etmemem gerektiğini biliyordum. Neredeyse bir ayda “virüs bir orman yangını” gibi ülkemize yayıldı. İtalya’da hemşire olarak çalışan Roberta Re “yaşadığımız bu tecrübeyi dünya savaşıyla kıyaslayabilirim. Ancak bu savaşta geleneksel silahlar ile mücadele etmiyoruz. Henüz düşmanın kim olduğunu tam bilmediğimizden savaşması da çok zor” olarak ifade etti. Bende savaşta olduğumuzu düşünüyorum.

Hastanede ilk günlerde enfeksiyon riskinden kaçınmak için ziyaret saatleri kısıtlandı, acil hastalar dışında hastaneye hasta alınmaması gibi müdahalelerde bulunuldu. Ancak mesai saatleri ile ilgili herhangi bir değişiklik olmadı, aksine daha yoğun çalışmaya başladık. İlk günlerde koruyucu ekipman sıkıntımız vardı, ancak ilerleyen günlerde bu sıkıntılar giderildi. Hastalar ile yakın temasta olmamız sebebiyle gözlük, maske, eldiven, tulum içeren tam koruma giysilerini giymemiz gerekmekteydi. Çalışma saatleri içerisinde uzun süre bu koruyucu ekipmanlar içerisindeyim. Ancak bu ağır koruyucu ekipmanlar hastalara bakım verme ve tedavi yapma gibi hemşirelik uygulamaları yaparken “nefes almayı, duymayı, iletişim kurmayı zorlaştırıyor ve terlediğimde terimi silemediğim” zamanlar oluyor. Ayrıca yoğun bakıma bu kıyafetler ile girdiğim zaman “yeteri kadar su içemiyor ve istediğim zaman tuvalete gidemediğim” zamanlar oluyor.

Salgının diğer ülkelerde olduğu gibi bizim ülkemizde de sağlık çalışanları arasında hızlı yayılımı söz konusu. Medyadan “vasiyetnamesini yazan” sağlık çalışanları olduğunu öğrendim. Çalıştığım hastanede sağlık çalışanlarından COVID-19 pozitif vakalar duydum. Çok geçmeden çalıştığım yoğun bakımda arkadaşşıma tanı kondu. Hemşire arkadaşımız izole edildi. Kayıplar verdiğimiz tanıdığımız çalışma arkadaşlarımız vardı. Bu kayıplar bende

“ölüm korkusu” yarattı. Kendimi “savunmasız” hissettim. Diğer kurumlarda kronik hastalıkları olanlara izin verilirken, benim hipertansiyonum ve diyabetim olmasına rağmen işimin başında bütün enerjimle, bütün çabamla orada, hastanede, yoğun bakımdayım. Evet, virüsün bana bulaşmasından korkuyordum ve COVID-19 hastalarına bakmak bende yüksek derecede strese neden olsa da hala “çok, çok şanslıyım” diyordum kendime. Çünkü salgın ülkemizde var olalı neredeyse bir ay oldu ve ben daha hastalanmamıştım. Bunları yaşarken en sinir bozucu olanı da salgın sırasında insanların alınan önlemlere yeteri kadar uymamasıydı.

Bu süreçte virüsü aileme bulaştırma korkusu ile belediyenin sağlık çalışanlarına tahsis etmiş olduğu otelde kalmaya başladım. Ablam ve halamla yaşıyorum, onları riske atamaz ve bunu göze alamazdım. Hem virüsü aileme bulaştırmamak hem de hastalarımı daha iyi bakım vermek için ailemden ayrı kalmak en doğru karardı. Onları şu anda göremiyorum ve sadece telefonda görüntülü olarak görüşebiliyorum. Bu aldığım önlemler yeterli olmasına rağmen onlara virüs bulaşma ihtimali, ki bu olasılık dahilinde dahi olsa bile bana derin bir üzüntü vermekte. Hafta da bir alışveriş yapıyor ve evin kapısına bırakıyorum. Bu çok acı gerçekten. Bunun yanı sıra, ailemin beni desteklediğini yanımda olduklarını biliyordum. Ablam bana bir keresinde “cephede duran bir kahramansın” dedi. Evet, biz sağlık çalışanları gerçekten cephedeki birer kahramanız. Evli değilim ve bu durum şu anda iyikilerim arasında en başta gelmekte. Eş ve çocuk sahibi olmanın şu süreçte iki kat stres demek olduğunu arkadaşlarımdan görüyorum. Çocukları ile sarılamayan, onları öpemeyen, göremeyen, bağrına basamayan anne ve babalar...

Bu salgın sırasında en kötüsü de insanların sizden “vebalıymışsınız gibi uzak durması”, sağlık çalışanı olduğunuzu duyduklarında ya da sağlık çalışanı olduğunuzu bilenlerin sizden ola bildiğince uzaklaşması. Okuduğum bir haberde sağlık çalışanlarının dışarıdan yemek siparişi vermek istediklerinde işletmelerin siparişleri sağlık kurumlarına getirmek istemediğini

öğrendim. Bu da hastane çalışanlarının potansiyel bir risk olduğunu bana gösterdi. Bu gerçekten büyük hayal kırıklığıydı. Ailemi görememek beni zaten olumsuz yönde etkiledi. İnsanların bu bakış açılarıyla bazen “cezalandırılıyormuşum” gibi geliyor, dahası “kendimi bir çöl gibi, bir ada gibi soyutlanmış hissettiğim” zamanlar oluyor. Ama her şeye rağmen bunların hepsini bir kenara bırakarak mesleğimden, yeteneklerimden bir kez daha gurur duydum.

Çalışma şartlarına bakacak olursak çalışma saatleri içerisinde yeterince dinlenemiyor, yeterli ve dengeli beslenemiyorum. Yoğun bir çalışma temposu içerisindeyiz. Bu sadece benim için geçerli bir durum değil. Eminim ki birçok çalışma arkadaşım bu durumda. Çalışma saatleri dışında iyi beslenmeye ve dinlenmeye çalışıyorum. Ailem ile görüşmeler yapıyor moral ve motivasyonumu yüksek tutmaya çalışıyorum. “Hemşirenin görevinin, hastalarına kaliteli bakım sunmak ve ne olursa olsun hastalarını terk etmemek olduğuna inanıyorum”. Bu görevi yerine getirirken kendime “şans” diliyorum.

Yoğun bakımda çalıştığım için her an ölüm olayı ile karşı karşıya kalabilmekteyim. Bir “kâbus gibi COVID-19 nedeniyle günlük en az bir ya da iki hastamızı kaybediyoruz”. Bu korkunç bir durum. “Hastalar yalnız ölüyor ve aileleri bir kez daha yıkılıyor; HAYIR yalnız ölmüyorlar diye söylemek istiyorum. Biz hemşireler ölmekte olan bireyin en yakınında iletişim içindeki kişileriz ve her

ne kadar aileleri kadar olmasa da onların yanındayız. YALNIZ ÖLMÜYORLAR, BİZ VARIZ”.

## SONUÇ

Sonuç olarak, bu çalışmada hemşirelerin COVID-19 salgınının ön safhasında yer alırken yaşadıkları zorlukların sadece bir kısmının altı çizilmektedir. Yoğun çalışma saatleri, koruyucu ekipman sıkıntısı, günlük streslerinde artış, kişisel sağlıkları ve sevdiklerinin risk ile karşı karşıya kalması bunlardan sadece bazılarıdır. Sadece şuanda değil tarihsel olarak bakıldığında hemşireler, dünya genelinde sağlığı tehdit eden salgınlarla mücadelede ön saflarda yer almışlardır ve gelecekte de cephenin önlerinde savaşmaya devam edeceklerdir.

Hemşireliğin meslek olup olmadığına ilişkin tartışmalar bu salgın ile birlikte son bulmuştur. Bu bağlamda hemşireler, sağlık ekibi üyeleri içerisinde olmazsa olmaz ve sağlık sisteminde hayati hizmetler sunmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü tarafından "Hemşirelik bir maliyet değil, bir ülkede sağlık yatırımı olarak görülmeli" ve "Hemşireler sağlık sisteminin bel kemiğidir ve COVID-19 ile mücadelede ön saflarda yer almaktadır" şeklinde ifadeler belirtilmiştir. Bu yaşadığımız deneyimler ve zorluklar gelecekteki bu gibi krizler için dersler niteliğindedir. Her ne kadar COVID-19 salgını hemşireleri fiziksel ve psikolojik olarak büyük ölçüde etkilese de hemşirelik mesleği ile ilgili birçok konuda düşünme fırsatı sunmuştur.

## KAYNAKLAR

1. Lauer SA, Grantz KH, Bi Q, Jones FK, Zheng Q, Meredith HR, Lessler J. The incubation period of coronavirus disease 2019 (COVID-19) from publicly reported confirmed cases: estimation and application. Annals of internal medicine 2020.
2. Huang C, Wang Y, Li X, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. Lancet. 020;395:-497506. doi:10.1016/S01406736-(20)30183-5.
3. Ng K, Poon BH, Puar THK, Quah JLS, Loh WJ, Wong YJ, Raghuram J. COVID-19 and the risk to health care workers: a case report. Annals of internal medicine 2020.
4. Zhu N, Zhang D, Wang W, et al; China Novel Coronavirus Investigating and Research Team. A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. N Engl J Med 2020;382:-727-733. doi:10.1056/NEJMoa-2001017

5. Schwartz J, King CC, Yen MY. Protecting Health Care Workers during the COVID-19 Coronavirus Outbreak—Lessons from Taiwan's SARS response. *Clinical Infectious Diseases* 2020.
6. The Novel Coronavirus Pneumonia Emergency Response Epidemiology Team. The Epidemiological Characteristics of an Outbreak of 2019 Novel Coronavirus Diseases(COVID-19)—China,2020. *China CDC Weekly* 2020;2:113-22.
7. Mason DJ, Friese CR. Protecting Health Care Workers Against COVID-19—and Being Prepared for Future Pandemics. In *JAMA Health Forum*2020;1(3):e200353-e200353. American Medical Association. doi:10.1001/jamahealthforum.2020.0353.
8. Lai J, Ma S, Wang Y, et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Netw Open* 2020;3(3):e203976. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976