



ULISA: Uluslararası Çalışmalar Dergisi Journal of International Studies

Cilt 5, Sayı 1 - Volume 5, Number 1

Tuğba Aşkan*, Ali Çayköylü**, Birgül Özkan***

* Uzman Hemşire; Ankara Şehir Hastanesi; Psikiyatri Bölümü; tgbskn14@gmail.com; ORCID: 0000-0002-4165-5113.

** Prof. Dr.; Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi; Tıp Fakültesi; Psikiyatri Bölümü; acaykoylu@hotmail.com; ORCID: 0000-0003-1586-9334.

*** Doç. Dr.; Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi; Sağlık Bilimleri Fakültesi; Hemşirelik Bölümü; ORCID: 0000-0002-1271-8007.

Psikiyatri Hemşireliği Bakış Açısıyla Salgın Hastalık Psikolojisi

21. yüzyılda birçok salgın yaşanmıştır. Bu salgınlardan bazıları Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS-CoV), Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS-CoV) ve Ebola' dır. Günümüzde dünyayı etkisi altına alan Koronavirüs Hastalığı 2019 (COVID-19) ortaya çıkmıştır. Psikiyatri hemşireleri, psikososyal sorunları içeren salgın hastalıkların yaşandığı dönemlerde, önemli roller üstlenmektedir. Günlük hayatımızda psikolojik olarak egemen olan algımız düzen olup; salgın psikolojisi alışılmadık, güçlü ve son derece rahatsız edici olabilmekte, kaos yaratarak bu alışıldık düzene tehdit oluşturabilmektedir. Pandemi dönemlerinde koruyucu müdahalelerin yapılması, zamanında ruhsal sağlık sorunlarının tespit edilmesi ve ortadan kaldırılması gibi fiziksel sağlık önlemleri ile eş zamanlı ruhsal sağlık önlemleri uygulaması uzun süreli acı çekmede hastalara yardımcı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Salgın, Salgın Hastalık Psikolojisi, Psikiyatri Hemşireliği.

Psychiatric Nursing Perspective Psychology of Pandemic Diseases

There have been many pandemics in the 21st century. Some of these pandemics are Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV), Middle East Respiratory Syndrome (MERS-CoV) and Ebola. Coronavirus Disease 2019 (Covid-19), which affects the world today, has emerged. Psychiatric nurses play important roles in times of pandemic diseases involving psychosocial problems. While our perception dominating our daily life is in order; pandemic psychology can be unusual, powerful, and extremely disturbing, creating chaos and threatening this usual order. During periods of pandemic disease, simultaneous application of mental health measures such as preventive interventions, timely detection and elimination of mental health problems with physical health measures can help patients in long-term suffer.

Keywords: Pandemic, Pandemic Psychology, Psychiatric Nursing.

Araştırma Makalesi | Original Article

Atıf: *Ulisa: Uluslararası Çalışmalar Dergisi*, Cilt 5 Sayı 1 (2021), ss. 69-82.

Citation: *Ulisa: Journal of International Studies*, Vol 5, No 1 (2021), pp. 69-82.

Başvuru 30.05.2021 Received | Kabul 30.06.2021 Accepted

Ulisa, Uluslararası Çalışmalar Dergisi, Uluslararası İlişkiler ve Stratejik Araştırmalar Enstitüsü (ULİSA) tarafından yayınlanmaktadır.

Ulisa: Journal of International Studies is published by the Institute for International Relations and Strategic Studies (ULİSA).

E-ISSN: 2602-3245 | <https://aybu.edu.tr/yulisa>

Psikiyatri Hemşireliği Bakış Açısıyla Salgın Hastalık Psikolojisi

1. Giriş

Psikiyatri hemşireliği bakış açısıyla, bu makalede tüm bilimsel alanlarda olduğu gibi pandemi sürecinde psikiyatri hemşireliği kapsamında konun derinlemesine incelenmesi ve ilişkili kavramların analiz edilmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda bilim alanına özel olarak, insanın bütüncül olarak ele alınması için sosyoloji, psikoloji, tıp ve sağlık alanına özel pandemi konusunu ele alan çalışmalar incelenmiştir. Söz konusu alanlarda konu hakkındaki literatür incelemesi ile ele alınan kavramların psikiyatri hemşireliği temel ve ileri ruh sağlığı uygulamalarına nasıl entegre edilebileceğine ilişkin geleneksel düzeyde bir bakış açısı ortaya konulmuştur. Bu kapsamda makalede belirlenen başlıklar; *Pandemi ve Psikiyatri Hemşireliği Sosyoloji, Psikoloji ve Tıp Bilim Alanlarında Pandemiye Özgü Olarak Ele Alınan Kavramlar, Salgın Durumunda İnsanların Gösterdiği Yaygın Tepkiler, Salgın Durumu ve Psikososyal Sorunlar, Salgın Durumu ve Sağlık Çalışanları* olarak belirlenmiştir.

2. Pandemi ve Psikiyatri Hemşireliği

Hemşireler, tüm klinik ortamlarda fiziksel, psikolojik, zihinsel ve ruhsal sıkıntı dâhil kriz yaşayan bireylerle çalışmaktadır. Aynı zamanda umutsuzluk, çaresizlik, kaygı, öfke, düşük benlik saygısı veya karışıklık hissi yaşayan hastalarla karşılaşmaktadır. Temel psikososyal hemşirelik uygulamaları tüm klinik ortamlarda merkeze alındığında, uygulayıcının yetkinliği artacaktır. Her ne kadar bu durumlar iyi ele alınmış olsa da, ek beceri ve bilginin olmasını gerektiren zamanlar olabilmektedir. Bu durumlarda ise psikiyatri hemşirelik uygulamaları daha da önem kazanmaktadır (Halter, 2014). Amerikan Hemşireler Birliği (ANA) (2007) psikiyatri hemşireliğini, “ruh sağlığı ve psikiyatri hemşiresi; sanat olarak kendiliğin amaçlı kullanımı, bilim olarak ise psikososyal ve nörobiyolojik kuramların, araştırma bulgularının ve hemşireliğin çeşitli rollerinin kullanımı ile hizmet veren ruh sağlığı profesyonelidir” şeklinde tanımlamıştır. Psikiyatri hemşireliği kapsam ve uygulama standartları (2014), psikiyatri hemşiresinin spesifik faaliyetlerini tanımlarken; ruh sağlığı sorunlarına ve psikiyatrik bozukluklara insan yanıtlarının değerlendirilmesi, tanılanması ve tedavisi yoluyla ruh sağlığının yükseltilmesini, desteklenmesini odak olarak almaktadır (ANA, 2007).

Psikiyatri hemşireleri, yaşam süresi boyunca çocuklar, ergenler, yetişkinler ve yaşlılar ile bakım ortamında; birey, çift, aile ve grup olarak çalışmaktadır. Hastaneler, bireylerin evleri, bakım evleri, sokak, hemen hemen her yer çalışma yeri olabilmektedir. Krizde olan veya yaşamsal problemler yaşayan sağlıklı bireylere ve uzun süreli ruhsal hastalığı olan hastalara yardımcı olmaktadır (Boyd, 2008; ANA, 2007; Halter, 2014). Psikiyatri hemşireleri, yukarıda belirtilen tüm durumların ortaya çıkması muhtemel olan pandemi dönemlerinde, önemli roller üstlenmektedir.

Salgın, “belirli bir alanda, belirli bir grup insan arasında, belirli bir süre boyunca beklenenden daha fazla vaka görülmesi” olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca, salgın potansiyeli olan epidemiyolojik olarak bağlantılı iki veya daha fazla vaka ya da yeni görülen/elimine edilmiş veya eradike edilmiş hastalığa ait tek bir vaka da salgın durumunu ifade etmektedir (TÜBA, 2020). Salgın kavramı belirli bir bölge veya toplumda beklenen orandan net biçimde daha fazla olgunun görüldüğü anlaşılmaktadır (Hacımustafaoğlu ve Önürmen, 2018). Pandemi ise “Bir hastalığın veya enfeksiyon etkeninin ülkelerde, kıtalarda, hatta tüm dünya gibi çok geniş bir alanda yayılım göstermesi” olarak tanımlanmaktadır (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2021). Salgın; yabancı literatürde “outbreak” yani, daha lokalize bir bölgede gelişen salgın; “epidemi” yani, daha geniş bölgeler veya ülke çapında gelişen salgın veya “pandemi” yani birden çok ülke ve/veya kıtaları içeren

salgın olarak yer almaktadır. Türk Dil Kurumu sözlüğünde salgın ve epidemi eş anlamlı olarak kullanılmaktadır (Hacımustafaoğlu ve Önürmen, 2018).

Günümüzde dünyanın herhangi bir yerinde yaşanan bir salgının hızlı bir şekilde tüm dünyaya yayılmasına fırsat yaratabilecek değişiklikler yaşanmaktadır. Bunlar nüfus hareketleri, kontrolsüz şehirleşme, ekolojik ve iklimsel değişiklikler, bilim ve teknolojiadaki gelişmeler, küreselleşme, uluslararası hava ulaşımının artması, ticaret ve turizmin artması, insanlar arasındaki gelir dağılımındaki eşitsizlik, yaşanan bölgesel çatışmalar, insanların yaşam tarzındaki değişikliklerdir (Ünlü ve Çiçek, 2021). Bu salgın için, II. Dünya Savaşı'ndan sonra insanlığın hayatta kalmasına en büyük tehdit olduğu ve tüm dünyadaki insanlar için korkulu bir ortam yarattığı söylenebilir (Singh vd., 2020). Dünya benzer bir küresel salgınla en son, 1918-19 yıllarında karşılaşmıştır (Johnson ve Mueller, 2002). Salgın sonrasında çeşitli ruhsal sağlık sorunları vakaları ortaya çıkmıştır (Young ve Joseph, 2016).

Psikiyatri hemşireliğinin odak alanı insanın biyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan bütüncül olarak ele alınmasıdır. Bu bağlamda bireyin ruh sağlığını koruma ve geliştirmede temel ve ileri düzey uygulama becerilerinin kullanılması çok önemlidir. Pandemi sürecinde hastalanan birey ve ailenin bu bakış açısıyla ele alınması ve buna göre stratejik planlamanın yapılması çok önemlidir. Hastalık tanısı alan bireylerin yanı sıra toplum ruh sağlığı hizmetlerinin koruyucu hedefleri bağlı olarak koruyucu ruh sağlığının geliştirilmesi de çok önemli bir konu olarak görülmektedir. Psikiyatri hemşireliği kendi alanına özgü üretilen bilimsel bilginin yanı sıra diğer bilim alanlarından da yararlanarak bilim alanı olarak paradigmasını sürekli olarak geliştirmektedir. Bu bağlamda paradigmasının oluşmasında ve geliştirilmesinde felsefe, sosyoloji, psikoloji ve tıp bilim alanlarında yer alan kuram ve kavramlardan yararlanmaktadır.

3. Sosyoloji, Psikoloji ve Tıp Bilim Alanlarında Pandemiye Özgü Olarak Ele Alınan Kavramlar

21. yüzyılda birçok virüs hastalığı salgını yaşanmıştır. Bu salgınlardan bazıları Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS-CoV), Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS-CoV), Ebola ve Covid-19'dur. 2019 yılı Aralık ayında, Covid-19 ilk olarak Çin'in Wuhan eyaletinde tespit edilmiştir ve şu an itibarıyla, dünyadaki ülkelerin çoğu bu hastalığın yayıldığını bildirmiştir. Dünya Sağlık Örgütü tarafından 30 Ocak 2020'de, Covid-19 salgınının küresel bir halk sağlığı acil durumu olduğu açıklanmıştır (DSÖ, Mart 2020). TÜBA (2020) Covid-19 Küresel Salgın Değerlendirme Raporu'nda tarihi salgınların sonuçları; sağlık etkileri, demografik etkiler, ekonomik etkiler, sosyal etkiler ve siyasi etkiler olarak bildirilmiştir.

Günlük hayatımızda egemen olan algımız düzenken; salgın psikolojisi alışılmadık, güçlü ve son derece rahatsız edici olabilmektedir (Strong, 1990). Başka bir deyişle salgın kaos yaratarak bu alışıldık düzene tehdit niteliğinde algılanmaktadır (Aiello vd., 2020). Covid-19 salgını sırasında ortaya çıkan belirsizlik ve kaygının ana kaynağının aslında Alfred Shutz tarafından tanımlanan yemek yemekten ebeveynlerimizi ziyaret etmeye kadar her basit hareketin yeni anlamlar kazanması gibi günlük yaşamın rutinleri ve tariflerinin değişmesinden kaynaklandığı düşünülebilir (Schutz ve Luckmann, 1973). Bu nedenle salgın hastalıklar, toplum için sadece fiziksel sağlık tehlikeleri oluşturmakla kalmamakta, bunun yanında sosyal ve davranış bilimlerini de ilgilendiren ruh sağlığı ve kamu düzenine özgü zorluklar da ortaya çıkarmaktadır (Aiello vd., 2020).

Salgın hastalıklar ile ilgili sosyolojik araştırmalar yaklaşık 30 yıl önce, AIDS/ HIV salgını sonrasında Philip Strong tarafından başlatılmıştır. Ayrıca araştırmaları 14. Yüzyılda Avrupa'da yaşanan salgına kadar uzanmaktadır. Philip Strong'a göre, salgının sadece biyolojik değil bunun yanında farklı sosyal salgın potansiyeli de bulunmaktadır. Bu görüşten yola çıkarak salgın hastalıkların sosyal düzen üzerindeki bu psikososyal etkisini modellemiştir. Salgın psikolojisi,

içinde sadece pandeminin özel sosyolojisi veya sosyal psikolojisine değil, aynı zamanda psikolojinin hastalık salgınından farklı olarak, salgının kendi doğası olduğu gerçeğine de bir anlam yüklemektedir. Salgın hastalık dışında farklı yaşamsal kaos ortamlarında da gözlenebilmektedir. Bu da aynı hastalık gibi, kişiden kişiye hızla bulaşmaktadır. Yarattığı etki hem bireysel hem kolektiftir (Strong, 1990).

Philip Strong tarafından tanımlanan modelde ilk salgın korkudur, ikincisi ahlak ve üçüncüsü eylem salgını olarak tanımlanmıştır. Tanımlanan bu üç sosyal salgın birbiriyle ilişkilidir yani belirli birini tanımlayacak kavramlar diğerleriyle de ilişkili, iç içe geçmiştir. Korkuları eylemden, ahlakı eylemden ayırmak; farklı türden korkuların farklı türden eylemler üretmesi nedeniyle yanlış bulunmuştur. Bu modelin diğer önemli bir yönü ise salgına verilen toplu tepkiyi içeren tüm bu üç unsurun kökleri dilin ve insan etkileşiminin temel özelliklerinden kaynaklanmaktadır. Daha açık bir ifadeyle bu üç salgın dil tarafından ortaya çıkarılmaktadır, dil ile iletilmekte ve dil aracılık etmektedir. Bu yönüyle insanlık durumunun kalıcı bir parçası olmuştur (Strong, 1990). Nitekim Williams ve diğerleri (2015) tarafından koruma motivasyon teorisinin simüle edilmiş bir bulaşıcı hastalık salgınına yanıt olarak sosyal uzaklaşma davranışını anlamak için yararlı bir çerçeve olup olmadığını araştırmak amacıyla yapılan çalışmada koruma motivasyon teorisi değişkenlerinin hiçbirinin simülasyon sırasında sosyal uzaklaşma davranışının önemli bir yordayıcısı olmadığı ancak sosyal uzaklaşma davranışına girme niyetini anlamak için yararlı bir çerçeve olduğu tespit edilmiştir. Bu bulguların salgın hastalık psikolojisinin içinde tanımlanan üç salgının birbiri ile ilişkisinin ve toplu insan etkileşiminin önemini vurguladığı düşünülebilir.

Korku salgını, hastalığa yakalanma ya da hastalığı zaten taşıyor olma korkusudur, şüpheyi temsil etmektedir; hastalık taşıyıcısı olduğu düşünülen kişilere karşı şüphe uyandırır ve bu da paniğe ve mantıksız davranışlara yol açabilmektedir. Bulaşmanın birçok farklı yolla olabileceğine dair yaygın bir korku gelişebilir. Herkes bu tür hastalıklardan korkma kapasitesine sahiptir. Asıl ilgi çekici olan durum ise korku ve şüphenin hastalığın gerçekliğinden tamamen ayrı olabilmesidir. Bu durumla ilişkili olarak ise kaçınma, ayrımcılık gibi davranışlar ile damgalama salgını yaklaşır. Hem virüs salgınına hem de korku salgınına karşı bir yanıt olarak ortaya çıkan ahlâk salgını ise, olumlu tepkilerle (işbirliği gibi) veya olumsuz tepkilerle (damgalama gibi) sonuçlanabilen, birkaç farklı boyut içermektedir. Salgın hastalıkların ilk günlerinde insanlar bu durumun gerçekten önemli olup olmadığına karar veremeyebilirler ve bir zihin durumundan diğerine gidip gelebilirler. Eğer insanlar bunun çok ciddi bir şey olduğuna karar verirlerse, insanların bazılarında olağandışı psikolojik durumlar ortaya çıkabilmektedir. Salgını idare etmenin rutin toplu yolları bulunmadığında, toplumun her kesiminden herkes hastalığı kontrol altına almak için kendi stratejisini üretebilmektedir; hastalığın kökenleri ve potansiyel etkileri hakkında yüzlerce farklı teori ve temel metafizik sorular üretilerek yorum salgını başlayabilmektedir. Bunların çoğu, doğası gereği son derece ahlaki nitelikler taşımaktadır. Eylem salgını, insanların hastalığa tepki olarak veya korku ve ahlak salgınının bir sonucu olarak günlük alışkanlıklarının gerçek veya mantıksız değişikliklerini içermektedir. Önerilen kontrol önlemleri nedeniyle şiddetli ahlaki tartışmalar artabilmektedir. Çünkü insanlar yeni bir kurtuluşa ulaşmak için eski günlük rutinlerini, inançlarını bir kenara bırakabilmektedir. Diğer taraftan ticaret, seyahatler durdurulabilmekte, insanların kişisel mahremiyet ve özgürlük alanları önemli düzeyde istila edilebilmektedir. Tedavi dahi etik dışı olabilmekte, hastalar bakımsız bırakılabilmektedir. Hükümetler paniğe kapılabilmekte ve dünyada bu süreçte alışıldık düzen bozulabilmektedir (Strong, 1990).

Aiello ve diğerleri (2020) tarafından Covid-19 salgınında Philip Strong'un modeli deneysel olarak test edilmiştir. Bu çağda dünyanın birçok yerinden insanlar düşüncelerini, endişelerini sosyal medyada paylaşmaktadır. Çağın bu yönü araştırma için fırsat oluşturmuştur. Bu çalışmada, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki 39 milyon sosyal medya gönderilerinde dil kullanımını inceleyerek, Kuebler-Ross'un yas evrelerine paralel üç farklı evre belirlenmiştir. Belirlenen bu evrelerin her biri üç sosyal salgının farklı durumları ile karakterize edilmiştir.

Çalışmanın sonuçlarına göre; inkar aşamasında, insanlar diğer ülkelerde artan ölüm sayılarına rağmen gerçeği kabul etmeyi reddetmişlerdir ve korku salgını başlamıştır, “normal” olarak kabul edilen şeyin bozulmasının yarattığı belirsizlikten korkmuşlar; ahlaki kaygılarını, kendini başkalarından uzaklaştırma eylemi olarak başkalarına odaklamışlardır. Ancak bunlara rağmen, normal hareket tarzını değiştirmeyi reddetmişlerdir. Ülkedeki ilk ölüm haberinin verilmesinden sonra başlayan askıya alınan gerçeklik aşamasında, insanların korkusu, işlerin değişmek üzere olduğu hissine, öfkeye dönüştüğü; ahlaki kaygılarını kendilerine odakladıkları ve günlük faaliyetlerine ara verdikleri tespit edilmiştir. Sosyal korku salgını yoğunlaşırken ahlak ve eylem salgınları birdenbire başlamıştır. Yetkililerin fiziksel mesafe önlemleri getirmesinden sonra başlayan en son kabul aşamasında ise, korku salgını yavaş yavaş kaybolmaya başlamıştır, ahlak ve eylem salgınları daha yapıcı ve ileriye dönük sosyal süreçlere dönüşmüştür. İnsanlar öfke veya korkudan daha çok üzüntü ifade etmişlerdir. İnsanlar ahlaki kaygıları, toplum yanlısı davranışları teşvik eden topluluk üzerine odaklayarak günlük aktiviteleri için "yeni bir normal" ortaya çıkarmışlardır. Sonuç olarak Strong'un modelini sistematik olarak karakterize eden bu çalışma, salgın psikolojisi ile mücadele etmek için kullanılan bir modele yerleştirmeyi mümkün kılacak sonuçları ortaya koymuştur (Aiello vd., 2020). Bu bilgi ışığında psikiyatri hemşireleri insanların salgın hastalıklarda yaşadıkları olası psikososyal sorunlarını salgının her aşamasında tanıyıp, farkındalık geliştirebilirler. Böylece hasta ve ailesinin duygu, düşünce ve davranışlarını değerlendirebilir, bunlarla baş etme konusunda onlara yardım edebilirler.

Salgın süreci insanlarda varoluşsal, psikolojik ve sosyal tehdit oluşturmaktadır (Lakeman, 2020). Varoluşsal çıkmaz geçiciliği ve süreksizliği, öngörülemezliği, boşluğu (varoluşsal boşluk) ve yaşam ile ölümün karşılıklı bağımlılığını içerdiğinden Covid-19 salgını da buna uyan güçlü bir deneyim yaşanmasına neden olmaktadır. Ancak varoluşçu yaklaşımda kaygı, varoluştan ayrılmaz, kaygının diğer tanımlamalarında ele alınış biçiminden farklı bir çağrışımı vardır; kaygıyı ortadan kaldırmak değil, yapıcı bir şekilde kullanmak amaçlanır. Bu bakış açısıyla pandeminin uyandırdığı kaygı, bizi otantik, farkında ve sorumlu olduğumuz ontolojik bir varoluş tarzına uyandırabilir. Başka bir deyişle krizlerin hem tehlike hem de fırsat içerdiğini hatırlatabilmektedir (Yang, 2020). Diğer taraftan salgın genel halkın psikososyal yaşamını bozmaktadır. Böylece yaklaşan bir korku hissi yaratır ve kaygı ve benzer ruhsal sorunları tetiklemektedir. Kaynakları olan birçok gelişmiş ülkede dahi finansal ve sosyal krizlerle başa çıkmak için zorluklar yaşanmaktadır. Üçüncü dünya ülkelerinde yaşayan insanlar bu durumla baş etmekte daha ciddi sorunlar yaşamaktadır. İşçilerden ve düşük maaşlı insanlardan oluşan nüfus, ülkedeki çeşitli şehirlerin tam olarak kapanmasıyla birlikte, salgının tam öfkesi ile karşı karşıya kalmıştır ve bu da hayal kırıklığı, öfke, depresyon ve diğer bazı psikolojik rahatsızlıklara yol açmaktadır (Ahmed vd., 2020).

Pandemi sürecinde sağlıklı bilgiye ulaşmak önem kazanmıştır. Çünkü Covid-19 sadece virüs taşıyıcılarının bağışıklık sistemine saldırmakla kalmayıp, aynı zamanda panik yaratan medya haberlerine maruz kalmalarına göre insanlarda çeşitli derecelerde psikolojik zarar da meydana getirmiştir. Kendi kendini izole eden insanlarda, Covid-19'un küresel bilgilerinin patlaması hayatlarının tehdit altında olduğunu hissettiren bir neden olmuştur (Zhao, vd., 2020). Günümüzde birçok insanın kullandığı sosyal medyada Covid-19 salgını hakkında bilgi taşınması yaşanmaktadır, bu durum da intihar gibi davranışlara yol açabilecek paniği de tetiklemektedir (Goyal vd., 2020). Yapılan araştırmalarda bu tür travmatik olayların medyada yer almasına en çok maruz kalan bireylerin, travma olaylarına doğrudan maruz kalan bireylerden daha akut bir strese sahip olduğunu tespit edilmiştir (Giummarra vd., 2018). Yapılan başka bir araştırmada 18-30 yaş genç yetişkin grubu arasında daha yüksek psikolojik sıkıntı puanlarının tespit edilmesi bunu destekler niteliktedir (Qiu vd., 2020). Bunun nedeni gençlerin sosyal medyadan stresi kolayca tetikleyebilecek çok fazla bilgi elde etme eğiliminde olmaları olabilir (Cheng vd., 2014). Dayanağı olmayan iddialar, karşılıklı suçlamalar içeren bilgiler toplumsal gerilim ve panik hâlini beslemektedir. Bunun yerine resmi kurum ve kuruluşların verilerinden temin edilen bilgi gerçekçi önlem ve teşvikler almasını sağlamaktadır (TÜBA, 2020). Bunun yanında psikiyatri hemşireleri, insanların izolasyon yada kısıtlamaların neden olduğu içsel kaygı ve yalnızlık

duygusuyla başa çıkmaları niyetiyle, kontrol duygusunu ve yaşamın gerçekliğini hissetmek için günlük yaşam aktivite ve faaliyetleri ile ilgili şeyler yapmaya devam etmeleri için insanları desteklemelidir. Ayrıca insanların doğru bilgiye ulaşmalarında yol gösterici bir rol üstlenebilir, farkındalığı geliştirecek eğitim programları düzenleyebilirler.

Jolley ve Douglas (2014) toplumun tıbbi sağlıkla ilgili yanlış bir inanca sahip olduğu durumlarda ortaya çıkan, damgalanmayı ve sağlık önerilerine daha az bağlılığı işaret etmiştir. Örneğin, kızamık salgını sırasında anti aşılama eğilimleri gibi hareketleri kolayca yönlendirebilir ve uygulayabilir. Salgın hastalıkların kontrol altına alınamaması, tedavi ve aşı geliştirme çabalarının yavaş ilerlemesi, hastanelerdeki yığılmalar toplumun sağlık sistemine olan güvenini kaybetmesine neden olabilen durumlardır (Jolley ve Douglas, 2014).

Pandemi sürecinde önem kazanan bir diğer konu ise uyku hijyenidir. Online platformlarda geçirilen zamanın artış göstermesi ile birlikte uyku hijyeninin kalitesinde değişimler meydana gelmektedir. Oysa bağışıklık sistemi hücreleri uyku sırasında çoğalma, yenilenme ve iyileşme özelliği göstermektedir. Gün boyu yaşanan kaygı uykuya dalma sorunlarına neden olmaktadır (Türkiye Psikiyatri Derneği, 2020). Huang ve diğerleri (2020) tarafından Covid-19 salgını sırasında genel popülasyonda somatik ve psikolojik semptomların yaygın olduğu; somatik semptomlar, anksiyete ve uykusuzluğun birbiri ile yakından ilişkili olduğu; anksiyete ve uyku kalitesini artırmanın somatik semptomları hafifletmeye yardımcı olabileceği bildirilmiştir.

4. Salgın Durumunda İnsanların Gösterdiği Yaygın Tepkiler

UNICEF (2020) tarafından salgın hastalıklardan etkilenen insanların olası tepkileri bildirilmiştir. Bu tepkiler; geçim kaynaklarını kaybetme korkusu, izolasyon sırasında çalışmama korkusu, işten çıkarılma korkusu, hastalıkla ilişki bulunduğu için karantinaya alınmanın sosyal dışlanmaya (hastalıktan etkilenen alandan olan veya olduğu düşünülen kişilere yönelik ayrımcılığa) neden olacağı korkusu, izole edilmeye bağlı olarak çaresizlik, sıkılma, yalnızlık hissetme ve depresyon, hastalığa yakalanma ve ölme korkusu, bakım sırasında enfekte olma korkusuna bağlı olarak sağlık tesislerine yaklaşmaktan kaçınma, sevilenleri korumak konusunda güçsüz hissetme, virüse bağlı olarak sevilenleri kaybetme korkusu, karantina uygulamasına bağlı olarak bakım verenlerden ve sevilenlerden ayrı kalma korkusu, ebeveynlerinin veya bakım verenlerinin karantina altına alınması nedeniyle enfekte olma korkusuna bağlı olarak refakatçisi olmayan çocuklar ile yaşlı veya engelli bireylere bakmayı reddetme ve bir önceki salgın hastalık deneyimini yeniden yaşıyor olma hissinden oluşmaktadır (Aktürk Enstitüsü, 2020).

Kişilerin salgın stresine verdikleri tepkiler olumlu ya da işlevsel olabileceği gibi, olumsuz ve uyum bozucu tepkiler de olabilmektedir. Olumlu ve uyum sağlayıcı tepkilere örnek olarak tehdit unsuru ile ilgili bilgi edinmek, etkili önlemleri uygulamak, hem kendisi hem de içinde yaşadığı toplumun yararını düşünerek sorumluluk duygusuyla hareket etmek verilebilir. Risk algısının ve ölümcül tehdidin önemli ölçüde arttığı durumlarda en mantıklı davranan insanların dahi olumsuz tepkilere yönelebileceği salgın durumunda olumsuz ve uyum bozucu tepkiler ile karşılaşılması beklenen bir durumdur. Bu tepkiler durumu inkar etmek, önemsememek, sadece kendini düşünerek hareket etmek, toplumsal kurallara uyumsuzluk sergilemek, saldırganlık göstermek ya da paniğe kapılmak şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Bu uyum bozucu tepkiler bireylerin salgınla baş etmelerini zorlaştırmaktadır (Polis Akademisi Başkanlığı, 2020).

Salgın durumunda alınan önlemler çerçevesinde sosyal mesafe önlemleri, rutin haline gelmiş alışkanlıkların değiştirmesine neden olmuştur. Bu değişikliğe salgının seyrinin ve olası sonuçlarının ne yönde gelişeceğini bilmeme eklenerek insan doğası gereği aranılan belirlilik, öngörülebilirlik ve kontrol hissi deneyimine tehdit oluşturmaktadır. Belirsizliğin artması,

geleceğe yönelik plan yapamamak veya anlık plan değişiklikleri yapmak zorunda kalmak kontrol hissini yitirme, yaşamı anlamlandırma güçlüğü yaşamaya neden olabilir. Tüm bunların etkisi ve sonucunda kaygı, korku, öfke veya kendini değersiz hissetme gibi duygular ortaya çıkabilmektedir (Demirutku, 2020). İnsanlar evlerinde kilitli kalmakta dolayısıyla her zamanki başa çıkma yöntemlerinden yararlanamamaktadır. Örneğin spor salonunda egzersiz, barda eğlenmek, plajda yüzmek veya ibadethanede toplanma, ibadet etme gibi aktiviteler bunlardan bir kaçıdır. Toplumda yüksek bir kaygı durumu tezahür etmiştir. Panik alımı ile insanlar evlerde istifler yapmaya başlamışlardır. İnsanların psikolojik sağlık durumlarının keder ve kayıp, zorla tecrit, sosyal uyumsuzluk, can sıkıntısı ve stresten etkilenmesi çok olası bir durumdur (Lakeman, 2020).

Pandeminin insanları etkileme derecesi farklı değişkenler ile ilişkili bulunmuştur. Bunlar; virüsün enfektivitesi ve virülansı, toplum bağışıklığı, bireylerin yaşam alışkanlıkları ve sosyo ekonomik durumları, bireylerin ülkeler ve şehirlerarası mesafe aşım durumları, bireylerin yaşamında ve çalışma hayatındaki taşıdığı risk faktörleri, yaşadıkları ülkedeki sağlık hizmetlerinin kalitesi ve salgın etkenin iklime bağlı olarak olumlu ya da olumsuz tavır değiştirme kabiliyetine sahip olmasıdır (TÜBA, 2020). H7N9 kuş gribi salgını sırasında Çin'in Zhejiang eyaletinde halkın biliş ve duygusal tepkisini değerlendirmek ve acil durum altında halk sağlığı grup psikolojik müdahalesi için bilimsel destek sağlamak amacıyla yapılan çalışmada, genel halkın, salgın konusunda oldukça endişeli ve belirli seviyelerde olumsuz duygular geliştirdiği gösterilmiştir. Hastalıkla ilişkili olumsuz duyguların risk faktörleri ise; kadın olmak, 60 veya üstü yaşta olmak, eğitim düzeyinin düşük olması, tarımla ilgili meslek sahibi olmak ve fiziksel ve psikolojik sağlık sorunu olmak olarak belirlenmiştir. Ayrıca hastanın risk algısı ve yanıt düzeyi depresyon, nevrasteni, korku ve hipokondriyazis ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Zhang vd., 2015). Covid-19 salgını sırasında karantinadan etkilenmeyen kişilerle etkilenen kişiler arasında anksiyete ve depresyonun yaygınlığı ve ilişkili faktörlerinin karşılaştırılması amacıyla yapılan çalışmada katılımcılar, kendilerinin veya ailelerinin, meslektaşlarının, sınıf arkadaşlarının, komşularının karantinaya alınıp alınmadığına göre "etkilenen grup" ve "etkilenmeyen grup" olarak gruplandırılmıştır. Çalışmada etkilenen grubun anksiyete ve depresyon prevalansı, etkilenmemiş gruba göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca daha düşük hane geliri, daha düşük eğitim seviyesi, daha yüksek öz değerlendirme düzeyine sahip olma, enfekte olma konusunda daha fazla endişe duyma, psikolojik desteğe sahip olmama, daha fazla mali hasarı ve kendini daha düşük sağlık durumunda algılayanların anksiyete ve depresyon puanları daha yüksek bulunmuştur (Lei vd., 2020).

Salgının psikolojik etkileri, karantina ve sosyal izolasyon şartlarına göre de değişmektedir. Örneğin, evden çalışılıp çalışılmama durumu, internet erişimine sahip olunup olunmadığı, aile üyelerinin ve sevilen kişilerin nerede ve güvende olup olmadıkları, barınma koşulları, karantina veya sosyal izolasyonda yalnız olup olmama gibi koşullar bırakacakları psikolojik etkiler açısından kişilerarası değişiklik göstermektedir. Bunlara ek olarak, kişilerin psikolojik sağlamlıklarında belirleyici diğer etmenler iyimserlik, esneklik, yaratıcılık, sosyal beceriler, sosyal destek, işlevsel başa çıkma becerileridir (Türk Psikologlar Derneği, 2020). Genel anlamda ifade etmek gerekirse, insanların salgın durumunda strese karşı verdiği davranışsal ve duygusal tepkileri şu faktörlere bağlıdır: kişilik özellikleri, eğitim düzeyi, salgın öncesi genel psikolojik-psikiyatrik durum, yeni durumlara uyum sağlayabilme becerisi, daha önce sahip olunan yaşam alışkanlıkları, yaşam deneyimleri, sahip olunan sosyal destek ve içinde bulunulan sosyoekonomik durum (Polis Akademisi Başkanlığı, 2020). Wang ve diğerleri (2020) tarafından yapılan çalışmada daha genç yaşta olanların, bekârların, bir önceki ay Wuhan'ı ziyaret etme öyküsü olanların, toplumda salgın geçmişi olanların, medya haberleri ile ilgili daha fazla endişesi olanların salgının etkisini daha fazla algıladıkları ve işlevsel olmayan başa çıkma tarzlarını kullananların daha yüksek düzeyde psikolojik sıkıntıya sahip olduğu tespit edilmiştir.

5. Salgın Durumu ve Psikososyal Sorunlar

Literatür incelendiğinde, salgınlar sırasında birey, toplum ve uluslararası düzeydeki insanlar üzerinde derin ve geniş bir yelpazede psikososyal etkiler ortaya çıkmıştır. Hall ve Chapman (2008) insanların hasta düşme veya ölme korkusu, çaresizlik duyguları ve damgalanma yaşadıklarını; Rubin ve diğerleri (2010) influenza salgını sırasında, halkın yaklaşık% 10 ila% 30'unun virüse yakalanma olasılığı konusunda çok veya oldukça endişeli olduklarını; Bortel (2016) okulların ve işletmelerin kapanması ile bireylerin yaşadığı olumsuz duyguları; Sim (2010) SARS salgını esnasında, daha genç yaş ile ilişkili bulunan artmış kendini suçlama eğilimini ortaya çıkarmıştır. Wagner-Egger ve diğerleri (2011) ise H1N1 salgınında yoksul, az gelişmiş ülkeler, insanların kendi durumlarından kısmen sorumlu olarak görüldüğü için kararsız da olsa kurban olarak, uzmanlar (hekimler, araştırmacılar), siyasi ve sağlık otoriteleri kahraman olarak tasvir edilmiştir. Medya (korku tacirliği veya güçlü çıkarlara hizmet eden bir kukla olarak görülmüştür) ve özel şirketler (örneğin, ilaç endüstrisi) ise iki kötü adam olarak tasvir edilmiştir.

Xiang (2020) tarafından yapılan çalışmada SARS salgını ve COVID-19 salgını karşılaştırılmış, çalışma sonucunda kesin veya şüpheli Covid-19 tanısı almış ve karantinadaki hastaların büyük olasılıkla yalnızlık, öfke ve hayal kırıklığı çekecekleri bildirilmiştir. Yapılan epidemiyolojik çalışmalarda, SARS salgınından kurtulanlar arasında depresyon, anksiyete, olumsuz psikolojik etki, panik atak, psikomotor heyecan, psikotik semptomlar, deliryum ve hatta intihar eğilimi olduğu saptanmıştır (Maunder, 2003; Lee vd., 2007).

Covid-19 salgınında Çin'in genel nüfusundaki psikolojik sıkıntıların ülke çapında araştırıldığı ilk çalışmada, katılımcıların neredeyse %35'inin psikolojik sıkıntı yaşadığı; aynı mesleği yapanlar arasında kadınların erkek meslektaşlarından önemli ölçüde daha yüksek psikolojik sıkıntı gösterdiği, göçmen işçilerin tüm meslekler arasında en yüksek düzeyde psikolojik sıkıntı gösterdiği bulunmuştur (Qiu vd., 2020). Yine Çin'de Covid-19 salgınının başında yapılan bir çalışmada anksiyete prevalansı %14.4; depresyon prevalansı %29.7, travma sonrası stres bozukluğu prevalansı % 5.6 olarak bildirilmiştir (Zhao vd., 2020). Cao ve diğerleri (2020) tarafından bir tıp fakültesinin üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada katılımcıların % 0.9'unun şiddetli anksiyete, % 2.7'sinin orta derecede anksiyete ve% 21.3'ünün hafif anksiyete yaşadığı; kentsel alanlarda yaşamak, aile gelirinin istikrarlı olmasının ve ebeveynlerle yaşamının anksiyeteye karşı koruyucu faktörler, Covid-19 ile enfekte olmuş akraba veya tanıdıklara sahip olmanın üniversite öğrencilerinin anksiyetelerinin artmasında risk faktörü olduğu bulunmuştur.

Wang ve diğerleri (2020) tarafından Çin' de yapılan çalışmada Covid-19 salgınında, katılımcıların yarısından fazlası psikolojik etkiyi orta ila şiddetli olarak değerlendirmiştir ve yaklaşık üçte biri orta ila şiddetli bir kaygı bildirmiştir. Ek olarak kadın cinsiyeti, öğrenci olma, spesifik fiziksel semptomlar (örneğin, kas ağrısı, baş dönmesi) ve düşük kişisel sağlık durumu, salgının psikolojik etkisi ve stres, anksiyete ve depresyon düzeylerinin daha yüksek olması ile önemli derecede ilişkili; özel güncel ve doğru sağlık bilgileri (örn. tedavi, lokal salgın durumu) ve özel tedbirler (örn. el hijyeni, maske takma) salgının daha düşük psikolojik etkisi ve daha düşük stres, anksiyete ve depresyon seviyeleri ile ilişkili bulunmuştur. Ülkemizde bireylerin sağlık anksiyetesi düzeyleri ile Covid-19 salgını kontrol algısının karşılaştırılması amacıyla yapılan çalışmada katılımcıların sağlık anksiyetesi düzeyleri orta şiddetli olarak saptanmıştır. Bireylerin Covid-19 salgınına yönelik kontrol algılarının, eğitim ve yaş değişkenlerinin yanı sıra sağlık anksiyetesi düzeylerinden etkilendiği bildirilmiştir (Ekiz vd., 2020). Karantina döneminde yapılan çalışmaların çoğunda travma sonrası stres belirtileri, konfüzyon ve öfke gibi olumsuz psikolojik etkiler bildirilmiştir. Stresler daha uzun karantina süresi, enfeksiyon korkusu, hayal kırıklığı, can sıkıntısı, yetersiz malzeme, yetersiz bilgi, finansal kayıp ve damgalamayı içermektedir. Araştırmacılar tarafından karantina için net bir gerekçe gösterilmesi, protokoller hakkında bilgi sağlanması, yeterli

tedarikin sağlanması ve karantinanın topluma faydaları hakkında bilgilendirme yapılmasını önermektedir (Brooks vd., 2020).

6. Salgın Durumu ve Sağlık Çalışanları

Salgın hastalıklarda sağlık çalışanlarının hem hastadan hem de kendilerinden kaynaklanan beklenmedik duygularla başa çıkmak zorunda kalmaları, hastalık ve acılarla yüzleşmenin stres ve kaygısını yönetmek için stratejiler bulmaları gerektiği gerçeği, sağlık kriziyle nasıl başa çıkılacağına dair bilgiler konusunda vatandaşlar için önemli referans noktası haline gelmeleri ve bu durumu yönetmekten sorumlu hissetmeleri nedeniyle kendi insani duyguları, endişeleri ve endişelerini tanıma yetenekleri engellenebilir. Geçmiş afetler, pandemiler ve büyük travmatik olaylar, stres ve duygusal çalkantılar yaşayan sağlık çalışanlarına kendi duygularının farkına varmalarını ve bakış açılarını ve yaşam deneyimlerini hastalarla etkili bir şekilde paylaşmalarını sağlayan ileri desteğin, bu stresli olaylar sırasında verimli ve odaklanmış kalmalarına yardımcı olabileceğini göstermektedir. Hastalara fayda sağlamak ve vatandaşların sağlık çalışanlarına olan güvenini pekiştirmek için bilim ve hümanizmi bir araya getirmeyi amaçlayan bir "empati salgını" kısa vadede insanların birbirine olan bağlantılarını geri getirmeye, bir toplum duygusunu ve insan olarak birbirlerine bağlayan bağları yeniden kurmalarına katkı sağlayabilir. Sağlık sistemi içinde empatik tepkilerin meşrulaştırılması en başta sağlık çalışanlarının insani tarafını kabul etmek, kurban olmalarını önlemek üzere; sağlık işgücü arasında artan tükenmişlik oranlarıyla ilgili psikolojik maliyetlerin de kontrol altına alınmasına katkı sağlayacaktır (Barello ve Graffigna, 2020).

Kesin tanı almış hastalar, şüpheli hastalar, tıbbi ve ilgili personel, hastalarla yakın temas eden kişiler daha yüksek kaygı, depresyon, öfke ve diğer ilişkili psikolojik problemlere sahip olma olasılığına sahip olabilmektedir. Hastalar ölüm korkusu yaşayabilmektedir. Hastaların tedavi ve bakımlarında yer alan sağlık personeli, virüsü bulaştırma (yayma) korkusu yaşayabilmekte ve kendilerini ailelerine, arkadaşlarına ya da başkalarına kapatabilmektedirler (Xiang vd., 2020). Liu ve diğerleri (2012) bazı hemşirelerin SARS salgınından birkaç yıl sonra depresyon, travma sonrası stres belirtileri için hala ruhsal sağlık tedavisine ihtiyaç duyduğunu bildirmiştir. Covid-19 vakalarına bakan hemşirelerde ise, diğer sağlık profesyonellerine göre tükenmişlik, kaygı ve depresyon gelişme riski daha yüksek olabilmektedir (Lai vd., 2020).

Preti ve diğerleri (2020)'nın salgınların (SARS, MERS, Covid-19, Ebola ve İnfluenza A) sağlık çalışanları üzerindeki psikolojik etkisini araştırdıkları çalışmada hekimler, hemşireler ve yardımcı personel olmak üzere sağlık çalışanlarının salgınlar sırasında genel psikiyatrik semptomlarının % 17.3-75.3 arasında bir aralıkta olduğu bulunmuştur. Sağlık çalışanlarının %11-73,4'ünün salgınlar sırasında travma sonrası stres semptomları bildirdiği, semptomların %10-%40'larda 1-3 yıl sonra hala devam ettiği bulunmuştur. Depresif semptomların ise %27.5-50.7, uykusuzluk semptomlarının %34-36.1 ve şiddetli anksiyete semptomlarının %45 olduğu bildirilmiştir. Yine aynı çalışmada kişilik özellikleri, etkilenen hastalara maruz kalma düzeyi ve örgütsel destek gibi çeşitli bireysel ve iş ile ilgili özellikler risk veya koruyucu faktörler olarak kabul edilmiştir. Covid-19 salgını sırasında yapılan bir başka araştırmada, çoğu sağlık uzmanının % 60 duygusal yorgunluk şikayeti ile profesyonel tükenmişlik, % 23 orta ve şiddetli depresyon, % 25 orta ve şiddetli anksiyete göstergeleri, %10 intihar eğilimi olduğu gösterilmiştir. Ayrıca enfeksiyon korkusu, yalnızlık ve izolasyon duygusu gibi olumsuz duygular, kişisel koruyucu ekipman eksikliği gibi örgütsel sorunlar, koruyucu giysilerin rahatsızlığı, uyku eksikliği gibi fiziksel rahatsızlık ve iletişimsel zorluklar sağlık çalışanlarının psikolojik sıkıntısı üzerinde büyük bir etkiye sahip olduğu ortaya koyulmuştur (Petrikov vd., 2020). Zhang ve diğerleri (2020) tarafından Covid-19 salgını sırasında tıbbi sağlık çalışanlarının tıbbi olmayan sağlık çalışanlardan daha fazla psikososyal sorunu olup olmadığını araştırdıkları çalışmada tıbbi sağlık çalışanlarının uykusuzluk, anksiyete, depresyon, somatizasyon, obsesif kompulsif semptom prevalansının daha yüksek olduğunu; kırsal bölgelerde yaşamının, kadın olmanın ve Covid-19

hastalarıyla temas riski altında olmanın en sık görülen risk faktörleri olduğunu ortaya koymuşlardır.

Salgının etkili olduğu ortamlarda hastalar ve sağlık çalışanları arasında bulunan yaygın ruh sağlığı sorunlarına ve bozukluklarına rağmen, izolasyon ünitelerinde ve hastanelerde çalışan çoğu sağlık çalışanın ruh sağlığı bakımı için herhangi bir eğitim almaması dikkat çekici ve önemlidir (Xiang vd., 2020). Ülkemizde hastanelerde sağlık çalışanlarının gerektiğinde başvurabileceği psikolojik destek birimleri oluşturulmuştur. Koruyucu müdahaleler kapsamında, psikiyatri hemşirelerinin, stresle baş etme yöntemleri, öfke kontrolü, gevşeme yöntemleri gibi konularda akranlarına eğitimler düzenlemeleri de yararlı ve etkin olabilir. Konsültasyon liyezon birimlerinin bulunduğu yerlerde liyezon hemşireleri bu görevi aktif olarak yerine getireceklerdir.

7. Salgın Durumunun Hassas ve Dezavantajlı Hastalık Tanısı İle İzlenen Hastalara Olası Etkileri

İnsanların hassas ve dezavantajlı olarak tanımlanması sağlığı sürdürme ve geliştirme açısından diğerlerine göre daha fazla risk faktörlerine sahip olduğu anlamına gelmektedir. Buna hastalık tanıları, yaşam koşulları neden olabilmektedir. İhmal ve istismar, ayrımcılık ve damgalama, politik olarak düşük değer görme, haklarından mahrum edilme ve haklarının çiğnenmesi olası sonuçlardır (Terzi ve Alkaya, 2017). Hassas gruplar yoksulları, ırkçılığa maruz kalanları, yaşadıkları yerin anadilini konuşamayanları, göçmenler ve sığınmacıları, evsizleri, mental ve fiziksel engellileri, homoseksüeller ve madde kullananları içermektedir (Pender vd., 2006). Kronik ruhsal hastalıklar bireylerde bilişsel zararların, yeti yitimi, sosyal ve ekonomik kayıpların olduğu, bireylerin aile içinde ve toplumda üstlendikleri rolleri yerine getiremedikleri, sürekli olarak aile bakımı ve desteğine ihtiyaç duymalarına neden olan hastalıklar oldukları için hassas ve dezavantajlı gruplardandır (Saunders, 2003).

DSÖ'nun 18 Mart 2020'de Ruh Sağlığı ve Madde Kullanımı departmanının akabinde, ruh sağlığı ve psikososyal refahı desteklemek için genel ve çeşitli hedefli popülasyonları ele alan, psikiyatristleri ve ruh sağlığı profesyonelleri için yardımcı olacak ana hatları oluşturmuştur. Hem hastalar hem de genel kamuoyu için, Covid-19'un olası etkisini anlamada ve hastalarına, ailelerine ve halkına en yeni tehditle en etkili şekilde baş etmelerine yardımcı olma ilkelerini içermektedir (DSÖ, 2020).

Pandemi herkesi etkilemektedir. Ancak bazı gruplar özellikle mevcut sağlık eşitsizlikleri ve genel olarak şizofreni veya depresyon gibi kronik rahatsızlıklar ile ilgili sosyal dışlanma ve damgalamanın olduğu durumlarda özellikle etkilenebilmektedir. Bu nedenle, önceden mevcut koşulları olanların risk altında olduğu, ancak bunların genellikle diyabet, kalp veya akciğer hastalığı, kanser veya immün yetmezlik anlamına geldiği varsayılmaktadır. Bununla birlikte, ruhsal hastalıkları olan insanlar zaten daha yüksek oranda kronik tıbbi hastalığa sahip ve normal popülasyona kıyasla yaşam yılları daha kısadır. Ruhsal hastalığı olan insanlar ayrıca yoksulluk, barınma, eğitime ve istihdama erişim ve sosyal bağlantı ile baş etmeye çalışmaktadır. Özellikle de hastalıkları iletişim ve ilişkisel becerilerini etkilediğinde, engelleri artmaktadır (Kaufman vd., 2020).

Ruh sağlığı bozukluğu olan hastalar Covid-19 pandemisinde son derece savunmasız bir popülasyon olarak düşünülmelidir. Bu hastalar Covid-19 tanısı aldıkları ve yatarak tedavi oldukları zaman, başkalarına yakın olmaktan kaçınamayabilirler. Çoğu ülkede sosyal bakım ve desteğin etkisinin azaldığı salgın döneminde karantinada olup, yalnız ve izole edilmiş olarak yaşayan ruh sağlığı bozuk olan hastalar kendileri için ek destek talep edip güvenliklerini sağlayamayacaklardır. Bu nedenle, genel olarak Covid-19'a yanıt olarak psikiyatrik bakım ve ruhsal sağlık bakımını dahil etmek büyük bir halk sağlığı zorunluluğu olarak görülmelidir.

Salgından etkilenen tüm hastaların fiziksel ve ruhsal sağlık bakımlarını eş zamanlı yürütmek toplumun sağlığını ve güvenliğini sağlamada önemlidir (Kaufman vd., 2020).

Kaufman ve diğerleri (2020) tarafından tanımlanan psikiyatrinin bakış açısından zorluklardan birkaç tanesi şu şekildedir: Yeni sosyal izolasyon nedeniyle dünyamızda bakıma muhtaç hastalar, acil bakıma bile gerekli randevuları iptal edilmektedir. Bu durumda telepsikiyatri nasıl bir etkiye yol açar? Bu izolasyon gelecekte psikiyatrik semptomlara yol açacak mı? Genel popülasyonda psikiyatrik morbidite ve komorbiditede artışa neden olabilir mi? Covid-19'dan etkilenmiş veya etkilenmiş olduğu düşünülen kişilere yönelik damgalanma ve saldırganlık ve ayrımcılıktan nasıl kaçınabiliriz? Bu öncelikli konular değerlendirildiğinde psikiyatri ve ruh sağlığı hemşireliğinin, salgın hastalıklarda hem hastanelerde ruhsal hastalıkları olanlara bakım hem de toplum temelli uygulamalar yapan önemli bir rolü bulunmaktadır.

Sağlık sistemleri, personel de dahil olmak üzere kaynakların yeniden tahsisi ile Covid-19'un doğrudan tıbbi etkilerine odaklandığından, ruhsal sağlık hizmetlerinin niceliği ve kalitesi olumsuz etkilenebilir (Kaufman vd., 2020). Doğrudan bakım ve dolaylı eylem yoluyla hemşireler ruhsal bozukluğu olan hastayı savunmaktadır. Bir hasta savunucusu olarak hemşire, istismar veya ihmal olaylarını derhal harekete geçmesi için ilgili yetkililere rapor eder. Küresel salgın gibi kriz durumlarında, devlet politikalarından kaynaklanan güçlü bir siyasi sesi olmayan savunmasız nüfus için fonları azaltma veya ortadan kaldırmaya eğilim meydana gelebilmektedir. Hemşireler mevzuatın gözden geçirilmesinde ve derneklerdeki üyeliklerinde daha aktif rol alarak hasta savunuculuğu rolünü yerine getirebilirler (Halter, 2014).

Uzaktan verilen elektronik sağlık hizmetleri geniş kabul görmektedir. İnternet kullanımının yaygınlaşmaya başladığı dönemde, toplumda şüpheli bilgilere internet aracılığıyla ulaşılabileceği dikkat çekmiştir. Bununla birlikte, internet sağlık ihtiyaçlarına yaklaşma şeklimizi değiştirdi ve insanların kendi savunucuları olmalarına izin vermektedir. Görsel ve işitsel medya yoluyla telepsikiyatri, yetersiz hizmet alan nüfuslara ve evde yaşayanlara ulaşmanın etkili bir yoludur. Bu değerlendirme ve teşhis, hemşirelik uygulamalarından ilaç yönetimi, sağlık eğitimi ve hatta grup terapisine izin verir. Psikiyatri hemşireleri, özellikle coğrafi olarak izole edilmiş alanlara ulaşmak için ruh sağlığı eğitimi, tarama veya destek için web siteleri geliştirmede daha aktif hale gelebilir (Halter, 2014).

8. Sonuç ve Öneriler

Küresel boyutta yaşanan salgınlar insanlarda fiziksel, psikolojik sağlık sorunları ile sosyal sorunlara neden olmaktadır. Dolayısıyla birçok bilim alanını ilgilendirmektedir. Bunlar sosyoloji, psikoloji ve tıp alanlarıdır. Bütüncül bakış açısı ile salgın hastalık psikolojisinin derinlemesine incelenmesi ve ilişkili kavramların analiz edilmesinde psikiyatri hemşireliği bu alanların bilgilerinden de yararlanmaktadır.

Salgınlar sadece bireysel değil toplumsal seviyelerde korku yayıyor olsa da, özellikle koruyucu müdahalelerin yapılması, zamanında ruhsal sağlık sorunlarının tespit edilmesi ve ortadan kaldırılması gibi, fiziksel sağlık önlemleri ile eş zamanlı ruhsal sağlık önlemleri uygulaması, uzun süreli acı çekmede hastalara yardımcı olabilmektedir. Bunun yanında psikiyatri hemşirelerinin, salgından etkilenen bireylere ve topluluklara karşı korku ve damgalamalarını azaltmak için genel kitlelerin eğitilmesine yardımcı olmaları gerekmektedir.

Medya ve yetkililerle iş birliği içinde ve bilimsel gerçeklere dayalı sunum ve öneriler ile salgın sırasında ruhsal sağlık sorunlarının da, fiziksel sağlık sorunları kadar önemli olduğu ve varlığı hakkında insanları bilgilendirmelidir. Salgın sürecinde psikiyatri hemşirelerinin kendi özel yetenekleri ile tanınmaları ve profesyonel özerkliklerinin kazanılması için uygulama alanları içinde pratik yapmalarının sağlanması önemlidir. Bu potansiyeli gerçekleştirmek,

yetenekli yardımlarından faydalanabilecek olanlar için büyük bir kazanç olacaktır ve psikiyatri hemşireliğinin uzmanlık alanına kavuşmasındaki umutları artıracaktır.

Kaynakça

- Ahmed, S. F., Quadeer, A. A., & McKay, M. R. (2020). Preliminary identification of potential vaccine targets for the COVID-19 coronavirus (SARS-CoV-2) based on SARS-CoV immunological studies. *Viruses*, 12(3), 254.
- Aiello, L. M., Quercia, D., Zhou, K., Constantinides, M., Šćepanović, S., & Joglekar, S. (2020). How epidemic psychology works on social media: evolution of responses to the covid-19 pandemic. *arXiv preprint arXiv:2007.13169*.
- Aktürk, H., & Enstitüsü, S. B. (2020). Yeni Koronavirüs Hastalığı Pandemisi Döneminde Online Yaşam ve Psikolojik Etkileri, *Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Sosyal Psikiyatri Ana Bilim Dalı*, Ankara.
- Barello, S., & Graffigna, G. (2020). Caring for health professionals in the COVID-19 pandemic emergency: toward an "epidemic of empathy" in healthcare. *Frontiers in Psychology*, 11, 1431.
- Boyd, M. A. (Ed.). (2008). *Psychiatric nursing: Contemporary practice*. lippincott Williams & wilkins. p: 31-36
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 287, 112934.
- Cheng, C., Jun, H., & Baoyong, L. (2014). Psychological health diathesis assessment system: a nationwide survey of resilient trait scale for Chinese adults. *Studies of Psychology and Behavior*, 12(6), 735.
- Demirutku, K. (2020). Belirsizlik, kontrol, kabullenme. *Türk Psikologlar Derneği*.
- Ekiz, T., İlman, E., & Dönmez, E. (2020). Bireylerin sağlık anksiyetesi düzeyleri ile COVID-19 salgını kontrol algısının karşılaştırılması. *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 6(1), 139-154.
- From American Psychiatric Nurses Association, International Society of Psychiatric-Mental Health Nurses, & American Nurses Association. (2007). *Psychiatric-mental health nursing: Scope and standards of practice*. Silver Spring, *Newington, VA: American Nurses Association*.
- Giummarra, M. J., Lennox, A., Dali, G., Costa, B., & Gabbe, B. J. (2018). Early psychological interventions for posttraumatic stress, depression and anxiety after traumatic injury: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 62, 11-36.
- Goyal, K., Chauhan, P., Chhikara, K., Gupta, P., & Singh, M. P. (2020). Fear of COVID 2019: First suicidal case in India!. *Asian journal of psychiatry*, 49, 101989.
- Hacımustafaoğlu, M., & Önürmen, Ö. (2018). Enfeksiyon Hastalıkları Pratiğinde Salgın Tanımlanması. *Çocuk Enfeksiyon Dergisi*, 12(4), 172-173.
- Hall, R. C., Hall, R. C., & Chapman, M. J. (2008). The 1995 Kikwit Ebola outbreak: lessons hospitals and physicians can apply to future viral epidemics. *General hospital psychiatry*, 30(5), 446-452.
- Halter, J. M. Varcarolis' Foundations Of Psychiatric Mental Health Nursing: A Clinical Approach, 8. Basım, 2014, New York, Usa, p: 12-18.
- <http://www.tuba.gov.tr/files/images/2020/kovidraporu/TÜBA%20Covid19%20Raporu%205.%20Güncelleme.pdf> TÜBA Covid-19 Küresel Salgın Değerlendirme Raporu. 20 Mayıs 2020, Ankara. (erişim 03.06.2020)

- Huang, Y., Wang, Y., Zeng, L., Yang, J., Song, X., Rao, W., ... & Zhang, X. (2020). Prevalence and correlation of anxiety, insomnia and somatic symptoms in a Chinese population during the COVID-19 epidemic. *Frontiers in psychiatry*, 11, 894.
- Johnson, N. P., & Mueller, J. (2002). Updating the accounts: global mortality of the 1918-1920 "Spanish" influenza pandemic. *Bulletin of the History of Medicine*, 105-115.
- Jolley, D., & Douglas, K. M. (2014). The effects of anti-vaccine conspiracy theories on vaccination intentions. *PloS one*, 9(2), e89177.
- Kaufman, K. R., Petkova, E., Bhui, K. S., & Schulze, T. G. (2020). A global needs assessment in times of a global crisis: world psychiatry response to the COVID-19 pandemic. *BJPsych Open*, 1-11.
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., Wu, J., Du, H., Chen, T., Li, R., Tan, H., Kang, L., Yao, L., Huang, M., Wang, H., Wang, G., Liu, Z. & Hu, S. (2020). Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Network Open*, 3(3), p.e203976.
- Lakeman, R. (2020). Mental Health Nurses locked out while Australia locks down. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 10.1111/inm.12778, 30(1), 126-135.
- Lee, A. M., Wong, J. G., McAlonan, G. M., Cheung, V., Cheung, C., Sham, P. C., ... & Chua, S. E. (2007). Stress and psychological distress among SARS survivors 1 year after the outbreak. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 52(4), 233-240.
- Lei, L., Huang, X., Zhang, S., Yang, J., Yang, L., & Xu, M. (2020). Comparison of prevalence and associated factors of anxiety and depression among people affected by versus people unaffected by quarantine during the COVID-19 epidemic in Southwestern China. *Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research*, 26, e924609-1.
- Liu, X., Kakade, M., Fuller, C., Fan, B., Fang, Y., Kong, J., Guan, Z. & Wu, P. (2012). Depression after exposure to stressful events: lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. *Comprehensive Psychiatry*, 53(1), p.15-23.
- Maunder, R., Hunter, J., Vincent, L., Bennett, J., Peladeau, N., Leszcz, M., ... & Mazzulli, T. (2003). The immediate psychological and occupational impact of the 2003 SARS outbreak in a teaching hospital. *Cmaj*, 168(10), 1245-1251.
- [Pandemi \(saglik.gov.tr\)](http://saglik.gov.tr) ERIŞİM (29/05/21)
- Pender, N. J., Murdaugh, L. G., Parsons, M. A. (2006). Health Promotion in Nursing Practice. 5th edition. *ABD:Pearson*, p. 303-16
- Petrikov, S. S., Kholmogorova, A. B., Suroegina, A. Y., Mikita, O. Y., Roy, A. P., & Rakhmanina, A. A. (2020). Professional Burnout, Symptoms of Emotional Disorders and Distress among Healthcare Professionals during the COVID-19 Epidemic. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 28(2).
- Polis Akademisi Başkanlığı. (2020), Kovid-19 Salgını Ve Sonrası Psikolojik Ve Sosyolojik Değerlendirmeler Raporu. http://pa.edu.tr/Upload/editor/files/Covid_Sonrası_Psik_Sos_Degerlendirmeler.pdf (Erişim 03 Mayıs 2020)
- Preti, E., Di Mattei, V., Perego, G., Ferrari, F., Mazzetti, M., Taranto, P., ... & Calati, R. (2020). The psychological impact of epidemic and pandemic outbreaks on healthcare workers: rapid review of the evidence. *Current psychiatry reports*, 22(8), 1-22.
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations. *General psychiatry*, 33(2).
- Rubin, G. J., Potts, H. W. W., & Michie, S. (2010). The impact of communications about swine flu (influenza A H1N1v) on public responses to the outbreak: results from 36 national telephone surveys in the UK. *Health Technology Assessment*, 14(34), 183-266.
- Saunders, J. C. (2003). Families living with severe mental illness: A literature review. *Issues in mental health nursing*, 24(2), 175-198.
- Schutz, A., & Luckmann, T. (1973). *The structures of the life-world* (Vol. 1). northwestern university press. <https://books.google.co.uk/books?id=LGXBxIOXsh8C>.

- Sim, K., Chan, Y. H., Chong, P. N., Chua, H. C., & Soon, S. W. (2010). Psychosocial and coping responses within the community health care setting towards a national outbreak of an infectious disease. *Journal of psychosomatic research*, 68(2), 195-202.
- Singh, P., Singh, S., Sohal, M., Dwivedi, Y. K., Kahlon, K. S., & Sawhney, R. S. (2020). Psychological fear and anxiety caused by COVID-19: Insights from Twitter analytics. *Asian Journal of Psychiatry*, 54, 102280.
- Strong, P. (1990). Epidemic psychology: a model. *Sociology of Health & Illness*, 12(3), 249-259.
- Terzi, H., & Alkaya, SA, (2017). Hassas gruplarda halk sağlığı hemşiresinin rol ve sorumlulukları. *Türkiye Klinikleri Public Health Nursing-Special Topics*, 3(3), 117-24.
- Türk Psikologlar Derneği (2020). COVID-19 salgını sırasında ruh sağlığı. Türk Psikologlar Derneği Travma, Afet ve Kriz Birimi. <http://www.psikolog.org.tr/tr/blog/www/covid-19-salgini-sirasinda-ruh-sagligi-x656/> (erişim 03.06.2020)
- Türkiye Psikiyatri Derneği (2020). Koronavirüs salgınında uyku hijyenine yönelik öneriler. Türkiye Psikiyatri Derneği Uyku ve Bozuklukları Çalışma Birimi <https://www.psikiyatri.org.tr/TPDData/Uploads/files/UykuCOVID-18042020.pdf> (erişim 03.06.2020)
- Ünlü, H., & Çiçek, E. (2021). Salgın Hastalıklardan Koruma ve Kontrol Önlemleri, COVID-19 Pandemisi ile Mücadele ve Yaşanan Güçlükler. *Journal of Hacettepe University Faculty of Nursing*, 8(1) 101-108.
- Van Bortel, T., Basnayake, A., Wurie, F., Jambai, M., Koroma, A. S., Muana, A. T., ... & Nellums, L. B. (2016). Psychosocial effects of an Ebola outbreak at individual, community and international levels. *Bulletin of the World Health Organization*, 94(3), 210.
- Wagner-Egger, P., Bangerter, A., Gilles, I., Green, E., Rigaud, D., Krings, F., ... & Clémence, A. (2011). Lay perceptions of collectives at the outbreak of the H1N1 epidemic: heroes, villains and victims. *Public Understanding of Science*, 20(4), 461-476.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729.
- Wang, H., Xia, Q., Xiong, Z., Li, Z., Xiang, W., Yuan, Y., ... & Li, Z. (2020). The psychological distress and coping styles in the early stages of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic in the general mainland Chinese population: A web-based survey. *PLoS One*, 15(5), e0233410.
- WHO Director-General's Opening Remarks at the Media Briefing on COVID-19-11 March 11, March 2020. Available at: <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- Williams, M. T., Mugno, B., Franklin, M., & Faber, S. (2013). Symptom dimensions in obsessive-compulsive disorder: phenomenology and treatment outcomes with exposure and ritual prevention. *Psychopathology*, 46(6), 365-376.
- World Health Organization. (2020). Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, No. WHO/2019-nCoV/MentalHealth/2020.1.
- Xiang, Y. T., Yang, Y., Li, W., Zhang, L., Zhang, Q., Cheung, T., & Ng, C. H. (2020). Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed. *The Lancet Psychiatry*, 7(3), 228-229.
- Yang, M. (2020). Resilience and meaning-making amid the COVID-19 epidemic in China. *Journal of Humanistic Psychology*, 60(5), 662-671.
- Young, Joseph M., "The Politics of Contagion" (2016). Master's Theses. 198. <https://repository.usfca.edu/thes/198>
- Zhang, R., Jiang, T., Li, N., Wang, Z., Liu, B., Fang, L., & Zhang, X. (2015). The negative psychology for the public in Zhejiang province during the epidemic of human H7N9 avian influenza. *Zhonghua yu Fang yi xue za zhi [Chinese Journal of Preventive Medicine]*, 49(12), 1073-1079.

- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M., ... & Wang, H. X. (2020). Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the COVID-19 epidemic in China. *Psychotherapy and psychosomatics*, *89* (4), 242-250.
- Zhao, Y., An, Y., Tan, X., & Li, X. (2020). Mental health and its influencing factors among self-isolating ordinary citizens during the beginning epidemic of COVID-19. *Journal of Loss and Trauma*, *25* (6-7), 580-593.