

## DERLEME

## COVID-19 Salgınının Sağlık Çalışanlarının Mental Sağlık Durumuna Etkisi

*Rumeysa ÖZÇELİK<sup>1</sup>, Keziban AVCİ<sup>2</sup>*

## ÖZ

Dünya genelinde yaşanan COVID-19 salgını binlerce insanın ölümüne yol açmakla kalmamış, aynı zamanda insanların mental sağlıklarını da tehdit eder hale gelmiştir. Salgın gibi olağanüstü durumlarda sağlık çalışanları insanlığa hizmet etmek gibi nedenlerle manevi doyum sağlamaktadır ancak aynı zamanda bakım verdiği hastaların hastalık sürecine eşlik etme, onların acılarına şahit olma, yaşanan belirsizlik, çaresizlik, yalnızlık ve korku mental sağlık sorunlarına da yol açmaktadır. Bu değişiklikler ve salgın, psikiyatrik hastalıkları tetikleyebilir, kötüleştirebilir ve bakım verenlerin yaşadığı zorlukları arttırabilir. Öte yandan mental sağlık, çalışanların çalışma verimini ve sorun çözme yeteneklerini etkilemektedir. Bu çalışmada, COVID-19 salgınının sağlık çalışanlarının mental sağlık durumuna etkisinin literatür doğrultusunda değerlendirilmesi amaçlanmıştır

**Anahtar Kelimeler:** COVID-19 Virüs; Mental Sağlık; Sağlık Çalışanları

**The Impact of the COVID-19 Pandemic on the Mental Health Status of Healthcare Professionals***Rumeysa ÖZÇELİK<sup>1</sup>, Keziban AVCİ<sup>2</sup>*

## ABSTRACT

The COVID-19 epidemic worldwide has not only caused the death of thousands of people, but has also become a threat to people's mental health. In extraordinary situations such as epidemics, health workers provide spiritual satisfaction for reasons such as serving humanity. However, accompanying the disease process of the patients he cares for, witnessing their pain, uncertainty, helplessness, loneliness and fear also cause mental health problems. These changes and the epidemic can trigger and worsen psychiatric illnesses and increase the difficulties experienced by caregivers. On the other hand, mental health affects the working efficiency and problem-solving abilities of employees. In this study, it is aimed to evaluate the impact of the COVID-19 outbreak on the mental health status of healthcare workers in line with the literature.

**Keywords:** COVID-19 Virus; Medical Staffs; Mental Health

<sup>1</sup> Yüksek Lisans Öğrencisi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sağlık Yönetimi Tezli Yüksek Lisans Programı, Ankara, Türkiye

<sup>2</sup> Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye.

**Sorumlu Yazar:** Rumeysa ÖZÇELİK

**E-posta adresi:** rumeysaozcelik1234@gmail.com

**ORCID No:** 0000-0003-0998-9583

**Gönderi Tarihi:** 25.02.2022

**Kabul Tarihi:** 07.04.2022

\*Bu çalışma Rumeysa ÖZÇELİK tarafından hazırlanan "COVID-19 Pandemisinde Aktif Görev Yapan Sağlık Çalışanlarının Mental Sağlık Durumunun, PCR Sonuçlarına Göre Değerlendirilmesi: Bir Eğitim Araştırma Hastanesi Örneği" başlıklı Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü tarafından Doç.Dr Keziban Avcı danışmanlığında hazırlanan Yüksek Lisans Tezinden üretilmiştir.

## GİRİŞ

2019 yılında Çin'in Hubei eyaletine bağlı Wuhan şehrinde ortaya çıkan ve tüm dünyayı etkileyen betakoronavirüs ailesinden bir virüsünün neden olduğu COVID-19, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından "pandemi" olarak nitelendirilmiştir (1). Salgın 15 Şubat 2021 tarihi itibarıyla dünya genelinde 412.351.279 doğrulanmış vakaya ve 5.821.004 ölüme neden olmuştur (2). Türkiye'de ise görülen 12.051.852 doğrulanmış vaka ve 88.312 ölüm gerçekleşmiştir (3). Genel olarak vaka ölüm oranı %0,25 ile %6,5 arasında değişmektedir (4). Öte yandan Mart 2021 itibarıyla dünya çapında COVID-19 nedeniyle ölen sağlık çalışanı sayısının 17.000'den fazla olduğu (5), Türkiye'de ise bu sayının Haziran 2021 itibarıyla 436 olduğu belirtilmektedir (6).

Etkisinin büyüklüğü dikkate alındığında gerek hastalığın kendisinin gerekse alınan önlemlerin bireyler üzerinde birçok fiziksel ve mental etkileri olmuştur (7). Bireyler yeni gelişen duruma alışmaya çalışırken günlük rutinlerinde ve yaşam tarzlarında ani ve radikal değişikliklere gitmek zorunda kalmışlardır (8). Bu değişiklikler ve salgın psikiyatrik hastalıkları tetikleyebilir,

kötüleştirebilir ve bakım verenlerin yaşadığı zorlukları arttırabilir (9). Bu kapsamda salgın dönemlerinde, önemli psikiyatrik morbiditelerin; anksiyete, depresyon, panik atak, somatik semptomlar ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ile deliryum, psikoz ve hatta intihar gibi durumların geliştiği belirtilmektedir (9). Salgın döneminde hasta tanı ve tedavi sürecinde görev alan sağlık çalışanlarının da bu sorunlardan en çok etkilenenler arasında yer aldığı belirtilmektedir (10).

Sağlık hizmetlerine olan talebin katlanarak artması nedeniyle, sağlık çalışanları genellikle az kaynak ve yetersiz altyapı ile uzun çalışma saatleri boyunca görev yapmak zorunda kalmışlardır (10). Kişisel Koruyucu Ekipman (KKE) ile çalışmanın da yarattığı; nefes almada zorluk, çok terlemenin neden olduğu sıvı kaybı ve diğer fiziksel sorunlara ek olarak, klinik protokollerin veya tedaviye ilişkin bilginin yetersiz olduğu enfekte hastalara müdahalede hazırlıksız hissedebilir (11). Öte yandan hasta olma ya da ailelerine virüsü taşıma korkusu, artmış hasta sayısı ve hızla kötüleşen hastalara bakım verme, hastalanan meslektaşları ile

ilgilenme, etik ikilemlerle karşılaşma, başkaları tarafından damgalanma, saldırıya uğrama, insanların acılarına tanık olmaya gibi durumlar mental bir çöküşü de tetikleyebilir (12). Bu bağlamda bu çalışmada, COVID-19 salgınının sağlık çalışanlarının mental sağlık durumuna etkisinin literatür doğrultusunda değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

### **COVID-19 Salgından Sağlık Çalışanlarının Etkilenme Nedenleri**

Salgından tüm dünya etkilemesine rağmen sağlık çalışanları gibi bazı gruplar daha çok etkilenme eğilimlidir (13). Sağlık çalışanlarının COVID-19'dan etkilenme nedenleri farklılık gösterebilmektedir. Bu nedenler aşağıda sıralanmıştır: (12,14–17)

- Patojene yoğun şekilde maruz kalma ve enfekte olma korkusu
- Kendilerine bulaş olma korkusu ve beraberinde getirdiği virüsü ailelerine, arkadaşlarına, meslektaşlarına bulaştırma korkusu ve damgalanma hissi
- Ekip uyumu ve takibi gereksinimi sonucu sürekli tetikte hissetme

- Uzun süren çalışma süreleri, aşırı çalışma yükü ve halsizlik
- KKE kullanım zorlukları ve yeterli olmamasından kaynaklanan veya bulaşmayı önlenmeye yönelik çalışmaların yetersizliği
- Rutinlerini değiştirmeleri, sosyal destek kaybı ve bunların sonucunda güvensizlik ve mesleki tükenmişlik duygusu
- Birçok hasta, meslektaş veya sevdiklerinin kaybını yaşama ve kendilerini suçlayıp yetersiz hissetme duyguları
- İş ve özel yaşam arası denge kurma sorunu
- Ailelerinden uzak kalmaları ve sosyal mesafe kurallarının beraberinde getirdiği zorluklar
- Son güncel bilgiye erişememe endişesi ve iletişim eksikliği
- Farklı birimlerde ya da işlerde görev almanın getirdiği zorluklar
- Güvenlik talimatlarına uymayan olumsuz davranışları olan hastalara bakım vermenin yarattığı artan stres seviyeleri

- Kritik hastalarla ilgilenirken malzeme, cihaz ve donanım yetersizliğinin yarattığı çaresizlik duyguları
- Sınırlı kaynaklarla kimin yaşam desteği için uygun ya da uygunsuz olacağına karar vermenin yarattığı zorluklar
- Sevdiklerinden ayrı olmak, özgürlüğün kısıtlanması ve hastalığın gidişatı ile ilgili belirsizliklerin mental sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri
- Uyku bozuklukları, ayrımcılığa uğramak, hayal kırıklığı ve yabancılaşma

### COVID-19 Salgınında Sağlık Çalışanlarında Sıklıkla Görülen Mental Problemler

Araştırmalar sağlık çalışanlarının COVID-19 ile mücadele sırasında sıklıkla anksiyete, depresyon, korku ve uyku bozuklukları gibi mental problemlere maruz kaldığını göstermiştir. Pappa ve ark. (2020) tarafından 33.062 katılımcı ile salgınının sağlık çalışanlarının mental sağlık düzeylerine etkisini belirlemeye yönelik yapılan bir meta-analiz çalışmasında, sağlık çalışanlarında anksiyete yaygınlığının %24.06, depresyon, yaygınlığının %22.8, uykusuzluk yaygınlığı %38.9 olduğu belirtilmiştir (18). Benzer bir diğer meta-

analiz çalışmasında ise en sık bildirilen mental sorunlarının stres ve anksiyeteyi içerdiği bildirilmiş ve işle ilgili stresörlerin olumsuz mental sonuçlara doğrudan yol açan önemli bir faktör olduğu tespit edilmiştir (19). Bu kapsamda Zhang ve ark. (2020) tarafından yapılan bir çalışmada sağlık çalışanlarının %85'inin işyerinde enfekte olmaktan korktuğu tespit edilmiştir (20). İran'da hemşireler üzerine yapılan bir çalışmada ise hemşirelerin aile üyelerinin enfekte olmasına yönelik anksiyete düzeylerinin, kendilerinin enfekte olmasına yönelik anksiyete düzeylerinden daha yüksek olduğu belirtilmektedir (21). Öte yandan riskli birimlerde görev yapan sağlık çalışanlarının, işten bir süre uzak kalsalar dahi TSSB geliştirme riskinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (11). Yuan ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada sağlık çalışanlarının %10.84'ü ve işletme yöneticilerinin %17.86'sı artan iş baskısı nedeniyle daha fazla stres ve endişe bildirilmiştir (22). Bu kapsamda Huang ve ark. (2020) sağlık çalışanlarında anksiyete insidansının %23.04 olduğunu; kadınların erkeklerden, hemşirelerin doktorlardan daha çok anksiyete yaşadıklarını belirtmiştir (23). Liu ve ark. (2020) tarafından Çin'de yapılan bir çalışmada ise

ansiyete prevalansı %12.5 olarak bulunmuş ve şiddetli, orta ve hafif anksiyete prevalansı sırasıyla %10.35, %1.36 ve %0.78 olarak tespit edilmiştir (24). Bu çalışmada, enfekte hastalarla doğrudan temas halinde olan sağlık çalışanlarının, doğrudan temas halinde olmayanlara göre daha yüksek mental sorunlar yaşadığı bulunmuştur (24). ABD 426 acil tıp doktorunun COVID-19 salgını sırasında stres, kaygı ve tükenmişlik düzeylerinin, ev yaşamındaki değişiklikleri ve önlemleri değerlendirmek için yapılan bir çalışma sonucunda, bildirilen duygusal tükenmişlik seviyeleri ve hem iş hem de ev stres düzeyleri üzerinde bildirilen etkisi salgın öncesine göre arttığı ve salgının iş kaygısı kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğu bildirilmiştir (25).

### **Mental Problem Görülme Düzeyini Etkileyen Faktörler**

Sağlık çalışanları arasında görülen mental problemlerin insidans ve prevalansını etkileyen faktörleri belirlemeye yönelik yapılan çalışmalar kapsamında öne çıkan bazı faktörler aşağıda yer almaktadır.

**Yaş:** Yetişkinlerin gençlere göre stresle daha fonksiyonel başa çıktıkları ve mental dayanıklılık

düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir (26–28). Gençler ile yetişkinler arasındaki bu farklılık; gençlerin sosyal medyada daha çok vakit geçirmesi, infodemiye daha çok maruz kalması ve devam eden belirsizliğin onları daha çok etkilemesi olabilir. Yapılan araştırmalar, hastalık kaygısı ve belirsizlik kadar, sosyal iletişimin kesilmesi, karantina önlemlerinin günlük rutinleri sekteye uğratması gibi durumların ağır duygusal ve gelişimsel sıkıntılara sebep olduğunu göstermektedir (29).

**Cinsiyet:** Kadınların erkeklere göre psikolojik etkilenme düzeylerinin daha yüksek olduğu, daha fazla kaygı, depresyon ve stres yaşadığını bildiren çalışmalar olduğu bulunmaktadır (30–32). Kadınların günlük hayattaki görev ve sorumluluklarının fazlalığı daha yüksek stres, kaygı ve depresyon seviyeleri ile ilişkilidir (33) ayrıca kadınlarda yaşam boyu TSSB geliştirme olasılığının erkeklerden 2.38-2.49 kat daha fazla olduğu belirtilmektedir (34).

**Eğitim Durumu:** Lise ve altı eğitime sahip sağlık çalışanlarının, eğitim düzeyi daha yüksek olanlara oranla etkilenme olasılığının daha yüksek olduğunu gösteren çalışmaların yanında (35,36),

eğitim durumunun psikiyatrik semptomları etkilemediğini gösteren çalışmalar da tespit edilmiştir (37,38). Bu kapsamda eğitim düzeyi düşük sağlık çalışanlarının kişisel sağlıktan duyulan memnuniyet, engellilik, hayat beklentisi, sağlık davranışı ve ölüm oranları gibi birçok farklı sağlık göstergesinde daha kötü özelliklere sahip olduğu ve tüm bunların psikiyatrik semptomları etkilediği belirtilmektedir (39).

**Medeni Durumu:** Naser ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada boşanmış ve bekâr sağlık çalışanlarının evli olanlara göre daha yüksek oranda depresyon ve anksiyete deneyimlediği belirtilmektedir (40). Aşar ve ark. (2021) tarafından yapılan benzer bir çalışmada ise bekâr sağlık çalışanlarının evli olanlara oranla iş stresi ölçeğinden aldıkları toplam puanın daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (41). Bu kapsamda evli çiftlerin boşanmış ve bekarlara kıyasla daha az stres, kaygı ve depresyon deneyimleri evliliğin refah ve eş desteği üzerindeki etkisine bağlanabilir (40).

**Meslek:** Sağlık meslek mensupları içerisinde hemşirelerde diğer meslek gruplarına göre daha yüksek seviyelerde stres, anksiyete ve depresyon

görüldüğü belirtilmektedir (42–45). Bu durum hemşirelerin hastaya en yakın çalışan sağlık profesyoneli olmanın yanında aynı zamanda hasta ile en uzun çalışan meslek grubu olmalarına da bağlanmaktadır (44).

**Çalışma Süresi:** Daha az iş deneyimine sahip sağlık çalışanlarının, daha fazla iş deneyimine sahip sağlık çalışanlarına kıyasla daha yüksek seviyelerde stres, anksiyete ve depresyon deneyimledikleri bildirilmektedir (41,46,47). Bu kapsamda çalışanların iş deneyiminin artması; özgüvenlerinin, öz yeterliliklerinin ve stresle başa çıkma yetkinliklerinin artması ile açıklanabilir (48).

**Gelir Durumu:** Luo ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada düşük sosyoekonomik geliri olan sağlık çalışanlarının psikolojik sıkıntı ile ilişkilendirmesine rağmen (45), gelir durumunun anksiyeteyi ve depresyonu etkilemediğini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (38,41). Bu kapsamda sosyoekonomik geliri düşük olan bireylerin, ekonomik risklerle yüzleşme yeteneğinden yoksun oldukları, karantinanın bazı alanlarda işsizliğe sebep olabildiği ve tüm bunların daha fazla kaygı

ve depresyonu tetikleyebildiği belirtilmektedir (49).

**Hasta ile Temas/ Riskli Alanlarda Çalışma:**

COVID-19 hastaları ile doğrudan temas eden sağlık çalışanlarında, temas etmeyenlere göre daha yüksek anksiyete, depresyon, uykusuzluk ve stres yaşandığı tespit edilmiştir (42,46,47). Bu kapsamda COVID-19 hastalarında oksijen destek tedavisi, aspirasyon, sürekli pozitif havayolu basıncı ve noninvaziv ventilasyon gibi aerosol yayılmasına neden olan uygulamaların sıklıkla yapıldığı ve bu açıdan enfekte olma riskinin yüksek olduğu yoğun bakım üniteleri gibi yüksek riskli birimlerde (50), alınan çeşitli önlemlere rağmen hasta yoğunluğu nedeniyle sosyal mesafenin korunmasında yaşanan sorunlar, yetersiz negatif basınç, hava değişimi ya da KKE varlığı gibi sebeplerle sağlık çalışanlarının kendilerini koruyamayacakları konusunda kaygı yaşamalarına neden olabilmektedir (41,50).

**Çalışma Düzeni/Saatlerinde Değişiklik:**

Sanghera ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre günde 12 saatten fazla çalışan sağlık çalışanlarının daha kısa çalışanlara kıyasla daha yüksek TSSB yaşadığı, bu açıdan uzun çalışma saatlerinin ve

artan iş yükünün akut stres reaksiyonu için risk faktörü olduğu belirtilmektedir (46).

**COVID-19 Enfeksiyonu Geçirme Öyküsü:**

Karantinaya alınan ve COVID-19 geçiren sağlık çalışanlarının diğerlerine göre daha yüksek anksiyete ve depresyon riskine sahip olduğu belirtilmektedir (42,44). Bunun enfeksiyonun sonuçlarından korkma veya COVID-19 nedeniyle damgalanma veya ayrımcılığa uğrama endişesi kaynaklı olabileceği belirtilmektedir (44).

**Destek Alma Durumu:**

Du ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada aile desteği olmayan sağlık çalışanlarında, aile desteği olan sağlık çalışanlarına kıyasla daha yüksek depresyon ve anksiyete riskine sahip olduğunu bildirilmiştir (51). Arpacıoğlu ve ark. (2021) tarafından yapılan çalışmada ebeveynleriyle birlikte yaşayan sağlık çalışanlarının, yaşamayanlara kıyasla daha yüksek ikincil travmatizasyon gelişme riski ile karşı karşıya olduğu belirtilmiştir (32). Bu kapsamda akranlardan ve süpervizörlerden gelen desteğin, azaltılmış iş yükü ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (46).

**Daha Önceki Sağlık Sorunlarının Varlığı:**

Kronik hastalığı olan sağlık çalışanlarının, diğerlerine

oranla daha yüksek uykusuzluk, kaygı, depresyon ve obsesif kompulsif bozukluk gibi sorunlar yaşadığı tespit edilmiştir (32,52). Genellikle enfeksiyonların daha yüksek duyu durum bozuklukları riski ile ilişkisi beyni etkileyen büyük bir sitokin tepkisini indüklen etkiden kaynaklanıyor olabilir (52).

**Diğer Faktörler:** Arpacıoğlu ve ark. (2021) tarafından yapılan çalışmada sosyal medya kullanımı yüksek sağlık çalışanlarının diğerlerine oranla daha yüksek ikincil travmatizasyon gelişme riski ile karşı karşıya olduğu bildirilmiştir (32). Rossi ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada ise bir meslektaşın ölmesi, karantinaya alınması ve hastaneye yatması sağlık çalışanlarında uykusuzluk, daha yüksek stres düzeyi ve depresyon semptomları ile ilişkilendirilmiştir (42).

### **COVID -19'un Sağlık Çalışanlarının Mental Sağlığına Etkisi ve Mental Travmaların Önlenmesi**

Dünya genelinde sağlık çalışanlarının COVID-19 nedeniyle toplumun diğer kesimlerine göre yaklaşık beş kat daha fazla enfekte olduğu, Türkiye'de ise 10 kattan fazla enfekte olma riskine sahip olduğu bildirilmektedir (53). Bu oranlar

sağlık çalışanlarının ciddi şekilde tehdit altında olduğunu göstermektedir.

Doktorlar, hemşireler ve diğer ön cephelerde görev alan sağlık çalışanlarının özellikle COVID-19 salgını sürecinde kahramanca hayat kurtaran eylemler gerçekleştirdikleri görülmüştür (54). Bu eylemler sadece salgınlarla, savaşlarla ve diğer halk sağlığı krizleriyle sınırlı kalmamakla birlikte, tıptaki yapısal değişikliklerin yol açtığı çeşitli faktörler de sağlık çalışanlarında stres kaynağı niteliğindedir (54). Bu kapsamda Wu ve ark. (2009) tarafından Çin'de yapılan bir çalışmada, SARS salgını sırasında sağlık çalışanlarının %10'unun yüksek düzeyde TSSB yaşadığı ve SARS klinikleri gibi yüksek riskli alanlarda çalışan ya da SARS enfeksiyon bulaşı olan çalışanların diğerlerine oranla TSSB gelişme olasılığının 2 ila 3 kat daha fazla olduğu bildirilmiştir (55). Ayrıca çalışmada salgından üç yıl sonra sağlık çalışanlarının %40'nda devam eden TSSB semptomlarının varlığı tespit edilmiştir (55). Benzer bir başka çalışmada SARS salgınında görev alan sağlık çalışanları 46 aylık dönem boyunca izlenmiş ve enfekte olan çalışanların %44'ünde TSSB geliştirdiği görülmüştür (56).

Öte yandan bu ve benzeri mental problemler sağlık çalışanlarının çalışma verimini ve problem çözme yeteneklerini azaltmaktadır. Bu açıdan sağlık çalışanlarının mental sağlıklarının korunması için özellikle riskli alanlarda görev alan çalışanların, ihtiyaçları hızla incelenmeli ve mental sağlığı koruyucu destek uygulamalar hayata geçirilmelidir (57). Sağlık çalışanlarının mental sağlıklarını arttıran her bir yaklaşım, salgın zamanında görevlerini etkin yapmalarına olanak sağlamaktadır (57). Bu açıdan sağlık çalışanlarda mental travmaların önlenmesi için alınacak tedbirler şu şekilde sıralanabilir (57–60):

- İhtiyaç duyulan zamanda ve nitelikte KKE erişim olanağının sağlanması
- Çalışma ortamında enfekte olma riskini en aza indirecek önlemlerin alınması
- Çalışma sürelerinin ve iş yükünün psikolojik ve fiziksel zorlanmaya yol açmayacak biçimde düzenlenmesi
- Salgınla ilgili güncel gelişmeleri içeren farklı platformlardan sunulan yeterli mesleki eğitimlerin verilmesi

- Sağlık kurumlarında iş stresini azaltan, sağlık çalışanları ile hastaların karşı karşıya gelmesini engelleyen önlemlerin varlığı
- Ayrımcılık riskine karşı, topluma sağlık çalışanlarıyla iş birliği ve dayanışmayı güçlendirici mesajlar verilmesi, sağlık çalışanlarının yalnızlaşmasının önüne geçmek üzere iyi örgütlenmiş psikososyal dayanışma ağları oluşturulması
- Sağlık çalışanlarının ödeneklerinin ve özlük haklarının düzenlenerek motivasyonlarının artırılması,
- Telepsikiyatri ve teletıp gibi uygulamaları da içeren psikolojik destek ve danışmanlık imkanları sağlanması,
- Stresi azaltmak için meditasyon ya da nefes egzersizleri gibi rahatlatıcı uygulamalara başvurulması
- Ayrımcılık vakalarını ortadan kaldırmak için güvenli elektronik bilgi paylaşım platformlarının kullanılması sağlanmalıdır.

## SONUÇ

Dünya genelinde yaşanan COVID-19 salgını binlerce insanın ölümüne yol açmakla kalmamış, aynı zamanda insanların mental sağlıklarını da

tehdit eder hale gelmiştir. Salgınlar gibi olağanüstü durumlarında sağlık çalışanları insanlığa hizmet etmek gibi nedenlerle manevi doyum sağlamaktadır ancak aynı zamanda bakım verdiği hastaların hastalık sürecine eşlik etme ve onların acılarına şahit olma gibi durumlar mental sağlıklarını da olumsuz etkilemektedir.

Salgında kritik rol oynayan sağlık çalışanlarının mental sağlıklarının korunması sağlık sisteminin sürdürülebilirliği açısından oldukça önemlidir. Bu konu politika yapıcılar ve sağlık yöneticileri tarafından dikkatle değerlendirilmeli, gerekli önlemler alınmalı, oluşabilecek olumsuzlukları en aza indirmek için uygun müdahale planları hayata geçirilmelidir. Ayrıca, gelecekte olabilecek muhtemel salgınlara yönelik çalışanların sürekli hizmet içi eğitimler ile güçlendirilmesi önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Özlü İ, Özlü Karaman Z, Aras Uymaz G, Orhanlı D. COVID-19' UN Sağlık Çalışanları Üzerindeki Psikolojik Yönü: Literatür İncelemesi. Ebelik ve Sağlık Bilim Derg [Internet]. 2021;4(3):274–80. Available from: <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1887903>
2. "WHO." WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard [Internet]. 2021 [cited 2021 May 12]. Available from: <https://covid19.who.int/>
3. Günlük COVID-19 Tablosu [Internet]. T.C. Sağlık Bakanlığı. 2021 [cited 2022 Feb 16]. Available from: <https://covid19.saglik.gov.tr/>
4. Hamid S, Mir MY, Rohela GK. Novel coronavirus disease (COVID-19): a pandemic (epidemiology, pathogenesis and potential therapeutics). New Microbes New Infect [Internet].

2020;35:100679.

Available

from:<https://doi.org/10.1016/j.nmni.2020.100679>

5. PSI. COVID-19: Health Worker Death Toll Rises to at least 17000 as Organizations call for Rapid Vaccine rollout [Internet]. Amnesty International Public Services International. 2021 [cited 2021 Mar 5]. Available from: <https://www.amnesty.org/en/latest/news/2021/03/covid19-health-worker-death-toll-rises-to-at-least-17000-as-organizations-call-for-rapid-vaccine-rollout/>
6. "Türk Tabipler Birliği." Pandemi Döneminde Kaybettiğimiz Tüm Sağlık Çalışanları [Internet]. 2021 [cited 2021 Jun 10]. Available from: <https://siyahkurdele.com/>
7. Şahin B. COVID-19 Geçirmiş Sağlık Çalışanlarında Hastalık Deneyimlerinin ve Etkilerinin Değerlendirilmesi: Niteliksel Bir Araştırma. [Sakarya]: Sakarya Üniversitesi; 2021.
8. 'Alaçahan Yiğit S. Covid-19 Sürecinde Kronik Hastalığı Olan Erişkinlerin Günlük Yaşam Değişiklikleri, Pozitif Duygudurum Düzeyleri ve Covid-19 Korkuları. [Kahramanmaraş]: T.C. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi; 2021.
9. 'Şenkalfa BP. COVID-19 Pandemi Sırasında Kistik Fibrozisli Çocuk Hastaların ve Ailelerinin Kaygı Durumlarının Anketle Değerlendirilmesi ve Hastaların Klinik Durumu ile İlişkisinin İncelenmesi . [Ankara]: Gazi Üniversitesi; 2020.
10. 'Karadem FB. Sağlık Çalışanlarında Covid 19 Korkusunu Belirleyen Psikiyatrik Değişkenlerin İncelenmesi . [Isparta]: Süleyman Demirel Üniversitesi; 2020.
11. F O, SC H, FHP K, JCM N. The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of healthcare professionals. Cad Saude Publica [Internet]. 2020 [cited 2021 Nov 6];36(4). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32374807/>
12. Walton M, Murray E, Christian MD. Mental health care for medical staff and affiliated healthcare workers during the COVID-19 pandemic. Eur Hear Journal Acute Cardiovasc Care [Internet]. 2020 Apr [cited 2021 Nov 6];9(3):241. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32590533/>
13. Güvenç R, Baltacı E. Covid-19 ve Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı [Internet]. Türk Tabipler Birliği/Covid 19 Pandemi Altıncı Ay Değerlendirme Raporu. 2020 [cited 2021 Dec 7]. Available from: [https://www.tb.org.tr/kutuphane/covid19-rapor\\_6/covid19-rapor\\_6\\_Part41.pdf](https://www.tb.org.tr/kutuphane/covid19-rapor_6/covid19-rapor_6_Part41.pdf)
14. H H. The effect of the COVID-19 pandemic on healthcare workers' mental health. JAAPA [Internet]. 2020 Jul 1 [cited 2021 Nov 6];33(7):45–8. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32590533/>
15. Talevi D, Succi V, Carai M, Carnaghi G, Faleri S, Trebbi E, et al. Mental Health Outcomes of the Covid-19 Pandemic. Riv Psichiatr. 2020;55(3):137–44.
16. Torales J, O'Higgins M, Castaldelli-Maia JM, Ventriglio A. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. Int J Soc Psychiatry [Internet]. 2020 Mar 31;66(4):317–20. Available from: <https://doi.org/10.1177/0020764020915212>
17. Tsamakakis K, Rizos E, Manolis A, Chaidou S, Kypouropoulos S, Spartalis E, et al. COVID-19 Pandemic and its Impact on Mental Health of Healthcare Professionals. Exp Ther Med. 2020;19:3451–3.
18. Pappa S, Ntella V, Giannakas T, Giannakoulis VG, Papoutsis E, Katsaounou P. Prevalence of Depression, Anxiety, and Insomnia among Healthcare Workers During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. Brain Behav Immun [Internet]. 2020;88:901–7. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.026>
19. Magill E, Siegel Z, Pike KM. The Mental Health of Frontline Health Care Providers During Pandemics: A Rapid Review of the Literature. Psychiatr Serv. 2020;71(12):1260–9.

20. Zhang M, Zhou M, F T, Wang Y, Nie H, Zhang L, et al. Knowledge, Attitude, and Practice Regarding COVID-19 Among Healthcare Workers in Henan, China. *J Hosp Infect.* 2020;105(2):183–7.
21. Nemati M, Bahareh E, Nemati F. Assessment of Iranian Nurses' Knowledge and Anxiety Toward COVID-19 During the Current Outbreak in Iran. *Arch Clin Infect Dis.* 2020; e102848. doi: 10.5812/archcid.102848
22. Yuan S, Liao Z, Huang H, Jiang B, Zhang X, Wang Y, et al. Comparison of the indicators of psychological stress in the population of hubei province and non-endemic provinces in China during two weeks during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in february 2020. *Med Sci Monit.* 2020;26:1–10.
23. Huang JZ, Han MF, Luo TD, Ren AK, Zhou XP. Mental health survey of medical staff in a tertiary infectious disease hospital for COVID-19. *J Ind Hyg Occup Dis.* 2020;38(3):192–5.
24. Liu CY, Yang YZ, Zhang XM, Xu X, Dou QL, Zhang WW, et al. The Prevalence and Influencing Factors in Anxiety in Medical Workers Fighting COVID-19 in China: A Cross-Sectional Survey. *Epidemiol Infect.* 2020;148.
25. Rodriguez RM, Medak AJ, Baumann BM, Lim S, Chinnock B, Frazier R, et al. Academic Emergency Medicine Physicians' Anxiety Levels, Stressors, and Potential Stress Mitigation Measures During the Acceleration Phase of the COVID-19 Pandemic. *Acad Emerg Med.* 2020;27(8):700–7.
26. Gambaro E, Gramaglia C, Marangon D, Azzolina D, Probo M, Rudoni M, et al. The Mediating Role of Gender, Age, COVID-19 Symptoms and Changing of Mansion on the Mental Health of Healthcare Workers Operating in Italy during the First wave of the COVID-19 Pandemic. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(24).
27. Xiong J, Lipsitz O, Nasri F, Lui LMW, Gill H, Phan L. Impact of COVID-19 Pandemic on Mental Health in the General Population: A Systematic Review. *J Affect Disord.* 2020;277(January):55–64.
28. D'ettore G, Ceccarelli G, Santinelli L, Vassalini P, Innocenti G Pietro, Alessandri F, et al. Post-Traumatic Stress Symptoms in Healthcare Workers Dealing with the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(2):1–16.
29. Bekaroğlu E, Yılmaz T. COVID-19 ve Psikolojik Etkileri: Klinik Psikoloji Perspektifinden Bir Derleme. *Nesne Psikol Derg.* 2020;8(18):573–84.
30. Cipolotti L, Chan E, Murphy P, van Harskamp N, Foley JA. Factors Contributing to the Distress, Concerns, and Needs of UK Neuroscience Health Care Workers during the COVID-19 Pandemic. *Psychol Psychother Theory, Res Pract.* 2021;94(S2):536–43.
31. Tella M Di, Romeo A, Benfante A, Castelli L. Mental Health of Healthcare Workers During the COVID-19 Pandemic in Italy. *J Eval Clin Pr.* 2020;26(6):1583–7.
32. Arpacioğlu S, Gurler M, Cakiroğlu S. Secondary Traumatization Outcomes and Associated Factors Among the Health Care Workers Exposed to the COVID-19. *Int J Soc Psychiatry.* 2021;67(1):84–9.
33. Yildirim TT, Atas O, Asafov A, Yildirim K, Balibey H. Psychological Status of Healthcare Workers during the Covid-19 Pandemic. *J Coll Physicians Surg Pakistan.* 2020;30:26–31.
34. Tang L, Pan L, Yuan L, Zha L. Prevalence and Related Factors of Post-traumatic Stress Disorder among Medical Staff Members Exposed to H7N9 Patients. *Int J Nurs Sci [Internet].* 2017;4(1):63–7. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnss.2016.12.002>
35. Zhang SX, Sun S, Jahanshahi AA, Alvarez-Risco A, Ibarra VG, Li J, et al. Developing and Testing a Measure of COVID-19 Organizational Support of Healthcare Workers – Results from Peru, Ecuador, and Bolivia. *Psychiatry Res [Internet].* 2020;291:113174. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113174>
36. Serrano Ripoll MJ, Meneses Echavez JF, Ricci Cabello I, Fraile Navarro D, Fiol de Roque MA, Moreno Pastor G, et al. Impact of Viral Epidemic Outbreaks on Mental Health of Healthcare Workers: a Rapid Systematic Review and Meta-analysis. *J Affect Disord.* 2020;277:347–57.
37. Liu CY, Yang YZ, Zhang XM, Xu X, Dou QL, Zhang WW, et al. The Prevalence and Influencing Factors in Anxiety in Medical Workers Fighting COVID-19 in China: A cross-Sectional Survey. *Epidemiol Infect.* 2020;148:1–7.
38. Chen Y, Zhou H, Zhou Y, Zhou F. Prevalence of Self-Reported Depression and Anxiety among Pediatric Medical Staff Members during the COVID-19 Outbreak in Guiyang, China. *Psychiatry Res.* 2020;288:113005.
39. Friis K, Lasgaard M, Rowlands G, Maingdal HT, Osborne RH. Health Literacy Mediates the Relationship Between Educational Attainment and Health Behavior: A Danish Population-Based Study. *J Heal Commun.* 2016;21:54–60.
40. Naser AY, Dahmash EZ, Al-Rousan R, Alwafi H, Alrawashdeh HM, Ghoul I, et al. Mental Health Status of the General Population, Healthcare Professionals, and University Students During 2019 Coronavirus Disease Outbreak in Jordan: A Cross-sectional Study. *Brain Behav.* 2020;10(8):1–13.
41. Afşar F, Erdoğan H, İbrahimoğlu Ö, Şaylan B, Köksal Ö. COVID - 19 Sürecinde Sağlık Çalışanlarının İş Stresi Ve Örgütsel Destek Algıları. *Gevher Nesibe J Medical& Heal Sci.* 2021;6(14):89–96.
42. Rossi R, Succi V, Pacitti F, Lorenzo, Giorgio Di Marco, Antinisa Di Siracusa, Alberto Rossi A. Mental Health Outcomes Among Frontline and Second-Line Health Care Workers During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic in Italy. *JAMA Netw Open.* 2020;3(5):e2010185.
43. Vizheh M, Qorbani M, Arzagh SM, Muhidin S, Javanmard Z, Esmaeili M. The mental Health of Healthcare Workers in the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *J Diabetes Metab Disord.* 2020;19(2):1967–78.
44. Wu T, Jia X, Shi H, Niu J, Yin X, Xie J, et al. Prevalence of Mental Health Problems During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-analysis. *J Affect Disord.* 2021;281:91–8.
45. Luo M, Guo L, Yu M, Wang H. The Psychological and Mental Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on Medical Staff and General Public – A Systematic Review and Meta-Analysis. *Psychiatry Res.* 2020;291.
46. Sanghera J, Pattani N, Hashmi Y, Varley KF, Cheruvu MS, Bradley A, et al. The Impact of SARS-CoV-2 on the Mental Health of Healthcare Workers in a Hospital Setting—A Systematic Review. *J Occup Health.* 2020;62(1):1–16.
47. Elbay Yeni R, Kurtulmuş A, Arpacioğlu S, Karadere E. Depression, Anxiety, Stress Levels of Physicians and Associated Factors in Covid-19 Pandemics. *Psychiatry Res.* 2020;290:113130.
48. Tokmak C, Kaplan Ç, Türkmen F. İş Koşullarının Sağlık Çalışanlarında Yol Açtığı Stres Üzerine Sivas'ta Bir Araştırma. *İşletme Araştırmaları Derg.* 2011;3(1):49–68.
49. Lei L, Huang X, Zhang S, Yang J, Yang L, Xu M. 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. *Med Sci Monit.* 2020;26:1–12.

50. Ferioli M, Cisternino C, Leo V, Pisani L, Palange P, Nava S. Protecting Healthcare Workers from Sars-cov-2 Infection: Practical Indications. *Eur Respir Rev* [Internet]. 2020;29(155):1–10. Available from: <http://dx.doi.org/10.1183/16000617.0068-2020>
51. Du J, Dong L, Wang T, Yuan C, Fu R, Zhang L, et al. Psychological Symptoms among Frontline Healthcare Workers during COVID-19 Outbreak in Wuhan. *Gen Hosp Psychiatry*. 2020;67:144–145.
52. Vindegaard N, Benros ME. COVID-19 Pandemic and Mental Health Consequences: Systematic Review of the Current Evidence. *Brain Behav Immun*. 2020;89:531–42.
53. Türk Tabipleri Birliği. Covid-19 Sağlık Çalışanlarının Meslek Hastalığıdır [Internet]. TTB. 2020 [cited 2020 Dec 8]. Available from: [https://www.ttb.org.tr/kollar/covid19/haber\\_goster.php?Guid=b75aecf6-2a4d-11eb-9fec-5d38005ac4c8](https://www.ttb.org.tr/kollar/covid19/haber_goster.php?Guid=b75aecf6-2a4d-11eb-9fec-5d38005ac4c8)
54. İzci F, Kulacaoğlu F, Beştepe E. Covid-19 Pandemisinde Toplum ve Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığı ve Koruyucu Önlemler. *Psikiyatry Guncel Yaklasimler - Curr Approaches Psychiatry*. 2021;13(1):126–34.
55. Wu P, Fang Y, Guan Z, Fan B, Kong J, Yao Z, et al. The Psychological Impact of the SARS Epidemic on Hospital Employees in China: Exposure, Risk Perception, and Altruistic Acceptance of Risk. *Can J Psychiatry*. 2009;54(5):302–11.
56. Hong X, Currier GW, Zhao X, Jiang Y, Zhou W, Wei J. Posttraumatic Stress Disorder in Convalescent Severe Acute Respiratory Syndrome Patients: a 4-Year Follow-up Study. *Gen Hosp Psychiatry*. 2009;31(6):546–54.
57. Hiçdurmaz D, Üzar Y. COVID-19 Pandemisinde Ön Safta Çalışan Hemşirelerin Ruhsal Sağlığının Korunması ve Ruhsal Travmanın Önlenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Derg*. 2020;7:1–7.
58. Zhang WR, Wang K, Yin L, Zhao WF, Xue Q, Peng M, et al. Mental Health and Psychosocial Problems of Medical Health Workers during the COVID-19 Epidemic in China. *Psychother Psychosom*. 2020;89(4):242–50.
59. Greenberg N. Mental Health of Health-Care Workers in the COVID-19 era. *Nat Rev Nephrol* [Internet]. 2020;16(8):425–6. Available from: <http://dx.doi.org/10.1038/s41581-020-0314-5>
60. Grover S, Dua D, Sahoo S, Mehra A, Nehra R. Why All COVID-19 Hospitals Should have Mental Health Professionals: The Importance of Mental Health in a Worldwide Crisis! *Asian J Psychiatr*. 2020;51:102147.
61. Çankaya M. COVID-19 Pandemisi ve Sağlık Çalışanlarının İyilik Hali Değişimi. In: Nagy H, Huseynov R, editors. *ATLAS INTERNATIONAL CONGRESS ON SOCIAL SCIENCES 7*. Hungary: ISPEC Publications; 2020. p. 446–60.
62. Tanrıverdi Ö, Tanrıverdi S. COVID -19' un Sağlık Çalışanlarının Ruh Sağlığına Etkisi ve Ruhsal Travmaların Önlenmesi. *Sağlık Akad Derg* [Internet]. 2021;8(3):245–8. Available from: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1490897>
63. Shah K, Kamrai D, Mekala H, Mann B, Desai K, Patel RS. Focus on Mental Health During the Coronavirus (COVID-19) Pandemic: Applying Learnings from the Past Outbreaks. *Cureus*. 2020;12(3).